إشراقات ليلية

فوزية بنت محمد العريمية

الكتاب: إشراقات ليلية

المؤلفة: فوزية بنت محمد العريمية

الطبعة الأولى 2020

(سلطنة عمان - مسقط)

مؤسسة بيت الغشام للصحافة والنشر والإعلان
Bait AL-Ghasham for Press publication and advertising
هاتف: ٢٤٥٩١٦٤٦ – ٩٩٢٦٠٣٨٦ ص.ب: ٢٠٦٨ الرمز البريدي: ١٣٣
Tel: 24591646 - 99260386 P.O.Box: 2068, P.Code : 133
alghshamoman@gmail.com
www.altakweenmag.com

رقم الايداع: 2349 / 2020
رقم الايداع الدولي (ISBN):
978-99969-4-490-1

التصميم الداخلي والغلاف: أحلام الرحبي

إِهْدَاء

أهدي هذا الكتاب لمحبي التَّفاؤل، أهديه لوالديّ ولزوجي ولأبنائي، أهديه لكُلية الشَّريعة للدراسات الإسلامية واللغة العربية بدُبيْ، أهْدِيه لِمَن يُريد أَنْ يلتمسَ أَنوارًا في حياتهِ يُريدهَا أَنْ تُخرجَه مِنْ ظلماتِ التشاؤم والهموم والأحزان، أَهديه لِنَفسي أولًا وأخيرًا.

ولِي رَجاء

لا تَقرأ كتابي هذا وأَنت في عُجالة

اجعل كَلمات هذا الكتاب صدِيقَتك تقرؤهَا كُل يومٍ قبل نومك -خَاصَّةً- لِتُرَيِّحَك ولتزيد من تفاؤلك وتدفعك للتَّقَدُم والعَطاء أَكثر فأَكثر ولتجنَي الفوائد منها بعون الله - اذكروني بدعوةٍ طيّبة-.

المُقَدمةُ

الحمدلله حمدًا يلِيقُ بجلالِ وجهِهِ الكريم وعظيم سُلطانهُ، والصَّلاةُ والسلامُ على أَشرف خلق الله حبيبنا وشفعينا مُحمّدٍ بن عبد الله.

أما بعد:-

عندما تُحيط ظلمات اليأس والهُموم حياتنَا وحياة الآخرين من حولنا، عندها لابُد من أَنوار تبدد تلك الظلمات، وتخرجنا لأجواء التَّفاؤل والحياة الجميلة، فأَحببتُ أَنْ تكون كَلماتي في هذا الكتاب بمثابة تلك الأنوار، الَتي تُشعُّ بأنوار التفاؤل والأمل وشَحَذ الهمم للناس جميعًا - بِعونِ اللهِ وتوفيقهِ-.

يحتوي كِتابي هذا على خمسة فصول في كل فصل عدد من الإشراقات المُتنوِعة الَتي هي خُلاصة حكمٍ وتجارب لي في هذه الحياة، وجعلت نهاية كل إشراقة حثاً على قيام الليل والمحافظة عليه لفضلهِ العظيم عند الله تعالى، وختام كل إشراقة مقولتي الشَّهيرة (وتَظَلُّ الحياةُ دَائمًا وأبدًا رائعة بكل ما فيها - برحمة الله الواسعة - ربنا يُحبنا ويخبىء لنا خيرًا كثِيرًا) أما في الفصل الخامس فأضفت مقولتي الثانية (بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم)؛ لكي يتبرمج الناس على التفاؤل وعلى النظرة الإيجابية للحياة، وبعد كُل خمس عشرة إشراقة وضعت دُررا فاصلة، وفي هذا الكتاب طابع خاص من البرمجَة الإيجابية للنفس والإيحاء الذاتي لها بكل خير بشكل عملي، ومخاطبة القارئ بشكل مباشر، مخاطبة مُحِب، وتشجيعِهِ على الإكثار من ذكر الله تعالى،وصقل حُبّ الله في النفُوس، وإحياءُ حُسن الظن به جل في علاه.

الفَصْلُ الأَوَّل

الإشراقة الأولى

(التعب الحقيقي)

ليسَ التعبُ حين تحزن ولكن التعب الحقيقي حين يتغلبُ الحزن عليك فتَضيق وتيأس وتتوقفُ عن العمل والإنجازات والعطاء والتَقدم، هناك في قَلبك يَسكنُ نُور خَافت يحتاج منك إلى وقود كي يضيء ويُبدّد جميع أَحزانك هو نور حُبك لِلّهِ ووقودهِ أَن تُكْثر من ذكر الله تعالى، أَتعبك الحزن، عَاند نَفسك، عَانِد حزنك، وكرّر مرارًا وتكرارًا (اسْتَغفر الله) بعدها تقدم بقوة واعمل، أَتعبَتك المخَاوف عندها اِقْهَرها وكَرّر (لاحولَ ولاقوة إِلَّا بِاللّهِ) واستمر في العمل والعطاء؛ فالعمل يمتص منك الطاقات السلبية ويجعلك تستثمر طاقاتك بالشكل الصحيح، بينما يهدر الحزن والاعتكاف عليه طاقاتك ويجلب لك الأمراض، تدفعنا الحياة وضغوطاتها ومتاعِبها أَن نضع لكل شيءٍ مقابلاً، ولكن يدفعنا جمال حُبّنَا لله العظيم أَن نعطي بلا مقابل بحثاً عن رضَا الله ورغبة في التحليق بأَرواحِنا الطَّاهِرَة في أَبواب سماواته؛ طالبين رحمته راجين جنانه الخالدة وقدوتنا الحبيبُ المُصطفى عليه أزكى صَلوات الله وسلامة.

والمتعب حقا حين تثقل الدنيا على قلبك فتصبح أكبر همك وتجعلك تنام عن صلاة القيام، لذلك كن أقوى من ذلك ولاتجعل الدنيا تأخذك عن

صلاة القيام مهما كانت همومك وأهدافك، وعليك بهذا الدعاء (اللهم لاتجعل الدنيا في قلبي واجعلها في يدي وجيبي) (اللهم لاتجعل الدنيا أكبر همنا ولا مبلغ علمنا ولاغاية رهبتنا ولا إلى النار مصيرنا).

كن قويا وبيّتْ النّية دائمًا لقيام الليل واضبط ساعة منبهك لصلاة القيام وَقُمْ إليها بروحك قبل جسدك لتستشعر لذتها وحلاوتها.

أخي الغالي كن على يقين أن مُناجاة الله تعالى والناس نِيام،ومحافظتك على قيام الليل تريحك من جميع أنواع التعب فحافظ عليه لترتاح من كل تعب دنيوي وآخروي بعون الله.

فقد قيل للحسن البصري رحمه الله: مابال المتهجدين بالليل أحسن الناس وجوها ؛فقال لأنهم خلوا بالرحمن فألبسهم من نوره.

اللهم ألبسنا من نورك ياالله، (قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه).

بدءًا من اليوم أضف إلى قاموس حياتك اللغوية هذه العبارة الرائعة واحرص أن تكررها قبل نومك بقوة وثقة حتى ترتاح:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية
(أحب الخير للغير)

حين تعطي وأنت في قمة معاناتك فإن الحياة تحتاج إلى أمثالك لقوتك ولعظمة روحك، فاستمر وتقدم فماينتظرك بعون الله أفضل وأعظم، هناك نوع جميل من العطاء قد يُخفى عن الجميع وهو عطاء معنوي يتمثل في حب الخير للغير.

أن تحب الخير للغير ليس بالأمر الصعب ولا بالسهل، وإنما هي معادلة يساندك لحلها الحب والإيمان ومحاسبة النفس، فلكي تكسر نفسك وتخرجها من إطار الأنانية، امدح غيرك شاركهم أفراحهم، ادع لهم بظهر الغيب وتمنَّ لهم الخير بشتى أنواعه، اهديهم عند نجاحاتهم وسائر مناسباتهم

لقول الحبيب المصطفى (تهادوا تحابوا) فاليوم أنت تتمنى الخير لغيرك وغداً سيتمناه غيرك لك.

تعلم حديثا من نوع آخر، وهو أن تحدث نفسك بينك وبينها قائلا فلان يستحق ذلك النجاح، وغيره يستحق ذلك المنصب، وآخر يستحق تلك الفرحة، وعلي أن أشاركهم فرحتهم بطرق جميلة وادخل السرور إلى قلوبهم، فأنت بتلك الطريقة تعلم نفسك بينك وبينها حديث الخير عن الغير، وتتعلم كيف تحب الخير لغيرك بطريقة راقية خفية لايعلمها ولايطّلع عليها إلا ربك فيكافئك ويجزيك الخير، وتطهر قلبك من الأحقاد وأمراض القلوب.

الغيور الحاقد يرى أن الخير محدود ضيق لايتسع للجميع ولايمكن أن يتشارك فيه الجميع، بينما المحب الطاهر يرى العكس تماما أن الخير كاف وافر، يكفي ليعم الكل وينعم به الجميع، موقنا أن رزقه سيأتيه دون نقصان لأن الأرزاق جميعها بيد الله لا بيد العباد.

يقول المولى في كتابه:-

(قل إن الفضل بيد الله يؤتيه من يشاء والله واسع عليم يختص برحمته من يشاء والله ذو الفضل العظيم) من سورة آل عمران.

تأملوها بقلوبكم، فأرزاق الله ورحماته وفضله لاتحتاج لعداوات أو صراع أو استعراض مهارات وعضلات أو سوء ظنون ومكر وخبث، فرزقك سيأتيك حتماً أينما كنت ورغم أنف الجميع، فكن رائعاً بأخلاقك، كن رائعاً بعطاءاتك، رائعاً عظيماً جميلاً بتنافسك، وكن دائماً متقناً لأعمالك متألقاً بإتقانك، وكن أروع بقربك الدائم من الله تعالى.

بيّتْ النّية دائمًا لقيام الليل واضبط ساعة منبهك لصلاة القيام وَقُمْ إليها بروحك قبل جسدك لتستشعر لذتها وحلاوتها ومناجاة الله تعالى والناس نيام،محافظتك على القيام تجعلك أكثر عطاء ويجعلك محبا للخير، ويدر لك الأرزاق من حيث لاتحتسب،قيام الليل مصباح يضيء ليلك فاحرص أن لاتطفئه مادمت حياً.

عبارتك الرائعة كررها ثلاث مرات قبل نومك -خاصة- وبقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة
(بيِّت النوايا الطيبة)

مجرد (نية طيبة) تبيتها تهتدي للخير وتهديك خيرا فلاتتكاسل عن تبييت النوايا الحسنة في زيارة كل من تريد من مريض أو قريب أوصديق بيت النية الصادقة لتصدق فإن لم تتحقق نلت الأجر بعون الله

بيت النية الصادقة في التصدق والتبرع في كل خير لتصدق فإن لم تتحقق نلت أجر النية بعون الله

بيت النية الصادقة في إتقان العمل لتصدق فإن لم تتحقق نلت الأجر بعون الله

بيت النية الصادقة في حسن تربية الأبناء لتصدق فإن لم تتحقق نلت الأجر بعون الله.

في كل عمل خير ظاهراً وباطناً يحبه الله ويرضاه بيت النية الصادقة لتصدق فإن لم تتحقق نلت الأجر بعون الله

فتبييت النوايا الطيبة لايكلفك شيئا لكن يجلب لك كل خير بعون الله تعالى وحدها النوايا الحسنة كفيلة أن تجلب لك من خيرات الدنيا والأخرة مالايخطر على بالك فطهر نيتك.

هل سمعتم عن نية طيبة خانت صاحبها؟ أو كانت نهايتها تعيسة؟

فأكثروا من النوايا الطيبة، لأنها كالغرس فحين تغرس غرساً طيباً حتماً ستجني أطيب الثمر.

وعلى قدر النوايا تكون العطايا ويكفينا في هذا الموضوع حديث الحبيب المصطفى (إنما الأعمال بالنيات) كل يوم استحضر نواياك الطيبة، وفي كل شيء اجعل نواياك طيبة وطهرها، واجعلها دائما لله، حتى النوم نام بنية أن نريح الجسد ليستمد القوة ويمارس عبادة الله وعمارة الكون من جديد فيكون النوم عبادة لا عادة يجلب لنا الحسنات، فيدر علينا النوم الحسنات بسبب نية، وهكذا في سائر حركاتك وسكناتك، من صباحك لمسائك انوِها جميعها لله وفي الله حتى مشاعرك وأفكارك عطاياك هواياتك مواهبك كتابتك وتواصلك وسائر أعمالك انوها لله تعالى لتحصد الأجر والثواب في دنياك وآخرتك.

تعودت كل صباح أحدث نفسي قائلة: (اللهم إني أجدد النية في جعل جميع حركاتي وسكناتي وأفعالي وأقوالي وأفكاري خالصة لوجهك الكريم فتقبلها مني وأعني على تجدد النية كل يوم لذلك فإن نسيت فإني أجددها من الآن حتى ألقاك) بعدها أشعر براحة لاتوصف وهمة عالية.

بيّتْ النّية دائمًا لقيام الليل واضبط ساعة منبهك لصلاة القيام وَقُمْ إليها بروحك قبل جسدك لتستشعر لذتها وحلاوتها ومناجاة الله تعالى والناس نيام،محافظتك على القيام تجعلك أكثر عطاء ويجعلك محبا للخير، ويدر لك الأرزاق من حيث لاتحتسب، قيام الليل مصباح يضيء ليلك فاحرص أن لاتطفئه مادمت حياً.

قبل النوم كررها بقوة:- كررها ثَلَاث مَرَّاتٍ

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة
(الشكوى لغير اللّه مذلة)

إلى الله اشك همك لا إلى عباده، فالشكوى لغير الله مذلة، وإن ضعفت قواك وابكاك مُر الزمان وحاله، فاغرس في قلبك صبراً و يقينا بالفرج

ودوماً اسقِه بقول الكريم في محكم كتابه:- (سيجعل الله بعد عسر يسرا)،

تعلم دائما عندما يحاصرك الهم ومهما كان نوعه أن تلجأ دائما لله وكلك يقين بأن الله الكريم لن يخذلك أبدا، تضرع إليه بكثرة ذكر وإلحاح في الدعاء خاصة في سجودك، تلك الدموع التي خبأتها عن الناس خجلا واستحياء وقد أتعبت قلبك من مرارتها بثها لله في سجودك اجعلها تنهمر بكل راحة في سجودك لله تعالى، وخاطب ربك بكل مايعتصر قلبك من هم،بأي لهجة وبأي لغة تريح قلبك عبر عن مايدور بصدرك ومايثقل كاهلك بكل أريحية فربك الكريم يسمعك ولن يخذلك ويعلم مافي صدرك، فإنك والله إن فعلت ذلك سيتلاشى من قلبك كل هم وترتاح روحك، كيف لا وقد لجأت إلى من بيده ملكوت السماوات والأرض، من إذا أراد شيئا يقول له كن فيكون، إنه الرحمن الرحيم أحن عليك من نفسك ووالديك.

بيّتْ النّية دائمًا لقيام الليل واضبط ساعة منبهك لصلاة القيام وَقُمْ إليها

بروحك قبل جسدك لتستشعر لذتها وحلاوتها ومناجاة الله تعالى والناس نيام،محافظتك على القيام تجعلك أكثر عطاء ويجعلك محبا للخير، ويدر لك الأرزاق من حيث لاتحتسب، قيام الليل مصباح يضيء ليلك فاحرص أن لاتطفئه مادمت حياً.

قبل النوم كررها بقوة:- كررها ثلاث مرات

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة
(كنز من كنوز الجنة)

هي بلسم لك في كل وقت وحين وبالأخص عندما تَـقِل حيلتك وتضعف قواك (لاحول ولاقوة إلا بالله العلي العظيم) تأثيرها عظيم جميل في حياتنا، هي حروف قليلة لكنها تحوي من ضعف الإنسان وقلة حيلته مانعجز التعبير عنه في ملايين الكتب، لنرددها لتزداد قوانا بحول الله وقوته مستشعرين عظم معانيها العميقة،فإنها تمدنا بطاقات هائلة وراحات لاتوصف.

حين تضعف قواك كررها (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين تزداد مخاوفك كررها بقوة (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين يضيق أمرك كررها بكثرة (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين يتعبك ما أهمك كررها رغم التعب وقل (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين تشعر بالوحدة كررها براحة (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين تشعر بالظلم كررها بثقة (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين تشعر بالحيرة وشتات الأمر كررها بقوة (لاحول ولا قوة إلا بالله)

حين تصغر الدنيا بعينك وتعظم الآخرة بقلبك كررها دائما (لاحول ولا قوة إلا بالله)

كررها مراراً وتكراراً عندها ترتاح وتسعد وتكسب أكثر ألايكفيك أنها كنز من كنوز الجنة وبتكرارها تجد العجب العجاب من تيسير الأمور وجلب الأرزاق.

وقد روي عن النبي -صلى الله عليه وسلم- قال: (من قال لاحول ولا قوة إلا بالله مائة مرة في كل يوم لم يُصبه فقر أبدا) وعن أبي هريرة قال إن من قالها كشف الله عنه سبعين بابا من الضرر أدناها الفقر).

أخي القارئ الغالي الرائع أكثر من قول (لاحول ولا قوة إلا بالله) قائمًا وقاعدًا واجعلها ضمن وردك اليومي لتظفر بثمارها الظاهرة والباطنة.

المحافظة على قيام الليل يزيدك قوة فحافظ عليه ماحييت

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه لنا

قبل النوم لتحصد ثمارها الجميلة: - كررها بقوة هائلة ثَلَاثَ مَرَّاتٍ

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السادسة
(البركة)

صرنا نبحث عن البركة لأننا أضعناها في زمن الفتن والمشاغل والمشتتات وملهيات الحياة الكثيرة والمتنوعة، ولو راجعنا أنفسنا قليلًا لانهالت علينا بركات من السماء دون حد، بركاتك يا مسلم في الآتي:-

1) في تلاوتك للقرآن دون انقطاع.

2) في إدمان ذكر الرحمن، نعم حرك لسانك بذكر الله أينما كنت وكيفما كانت مشاغلك.

3) في العطاء لله دون انتظار مقابل.

4) في الصدقات سرا وجهرا وفي السراء والضراء.

5) في إدمان الدعوات، وصدق اليقين، وقوة التوكل على الله.

6) في طهر النوايا وطهر القلوب.

7) في رقي المجالس وخلوها من التفاهات من غيبات ونميمة وفتن وأحقاد وعداوات.

8) في صلة الأقارب والأهل والأصحاب والجيران.

9) في زيارة المرضى.

10) في تقوى الله وإتقان الأعمال.

11) في التناصح فيما بيننا على فعل الخيرات وترك المنكرات.

12) في خشوعك في العبادات خاصة في الصلوات.

وأعظم بركات نحصدها في المحافظة على قيام الليل، فإن طال عليك ليلك زده جمالًا بصلاة قيام لله تعالى والناس نيام، قل لروحك الرائعة في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله.

خذ نفساً عميقاً وكرر عبارتك الرائعة قبل نومك وبكل قوة لتحصد ثمارها الجميلة بعون الله لك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السابعة
(أبحر مع آية)

أحببت أن نعيش بأرواحنا مع آيات الله الكريمة

يقول الله تعالى ﴿وَسَارِعُواْ إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُها السَّمَاوَاتُ وَالأرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ (133) الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّآءِوَالضَّرَّآءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللّهُ يُحِبُّ الْمحْسِنِينَ (134) وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُواْ فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُواْ أَنفُسَهُمْ ذَكَرُواْ اللّهَ فَاسْتَغْفَرُواْ لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللّهُ وَلَمْ يُصِرُّواْ عَلَى مَا فَعَلُواْ وَهُمْ يَعْلَمُونَ (135)﴾ من سورة آل عمران.

آيات عظيمة تطلب منا الإسراع إلى جنة عرضها السماوات والأرض أعدت للمتقين ومن هم

صفاتهم في متناول الجميع:-

1) ينفقون في السراء والضراء وجميعنا قادر على الصدقة والإنفاق في السراء والضراء ليس ضرورياً بالمال فالصدقة أشكال وألوان دعاء، صدقة، ابتسامة، كلمة طيبة، إماطة الأذى عن الطريق.... إلى آخر.

2) والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس كظم غيظ مع إحسان لا مع عبوس وإساءات وعداوات.

3) والمستغفرين لذنوبهم وإن أخطأوا فإنهم يتبعون الخطأ بالاستغفار ولايصرون عليه.

لنسرع جميعنا بتلك الصفات العظيمة رغم بساطتها إلى مغفرة وجنة عرضها السماوات والأرض.... اللهم اجعلنا من أولئك المتقين المحسنين.

إن طال عليك ليلك فزده جمالًا بركعتي قيام لله تعالى والناس نيام، قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لذلك اضبط مُنبه ساعتك لتكون منهم بعون الله وتوفيقه لك وبيّت النية من قلبك لقيام الليل.

موقن بجمال معانيها وقوة تأثيرها على حياتك:- كررها ثلاث مرات

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثامنة
(علمتني الحياة)

علمتني الحياة أن أفكر في الكلمة كثيرًا قبل أن أنطق بها، فحُسن كلامي واتزن رغم قلته؛ لكي لا أجرح ولا أخسر ولا أندم.

(علمتني الحياة أن الصاحب الذي يجب أن يصاحبك في حياتك لتنجح هو الصبر).

وأيقنت أن كثرة المحاولات حتمًا ستبوء بتيجان النجاحات والتفوق.

وأيقنت كثيرًا أن الناس في لحظات قد يتخلون عنا، فكان رأس مالي ليس القرب من الناس فحسب وإنما الأنس من الله والقرب منه هو كل ما أملك بل هو كل سعادتي.

وبكل تأكيد عند فشلي أو فشل غيري لن تتوقف الحياة، حتى وإن انكسرت قلوبنا عند كل فشل أو عند كل حزن، لذلك تعلمت أن أتقدم رغم الفشل وأن أعمل رغم الحزن.

وأعظم مدرسة تُعلمنا وتُزيدنا قُربًا من الله تعالى صلاة القيام لله تعالى والناس نيام، قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم الله وتوفيقه لنا.

عبارتك الرائعة حروفها قليلة تأثيرها عظيم رددها خاصة قبل نومك ثلاث مرات بثقة ويقين: -

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة التاسعة
(السعيد والشقي)

أتعلم ما الفرق بين السعيد والشقي

السعيد لديه قانون (عش حياتك)

والشقي يعيش دائرة ضيقة محورها (انغلق على أحزانك)

السعيد يصنع السعادة في قلبه فيعكسها لمن حوله

والشقي قلبه أرض قاحلة مُجرّدة من السعادة فكيف سيصنعها لمن حوله

السعيد يجعل لكل فرح ولكل مناسبة جميلة بروازاً كبيراً ليتفاعل معها فيرتاح والشقي العكس تمام يجعل لكل ألم بروازاً أكبر من حجمه فيشقى به ومعه

وأسعد السعداء من يحافظ على صلاة القيام في جميع أحواله فتزيده سعادة وعافية بعون الله

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله)

ولتزداد سعادتك كرر عبارتك الرائعة قبل نومك كررها بقوة ثلاث مرات :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة العاشرة
(المبادرة)

المبادرة طريقك للقوة طريقك للإنجاز طريقك للتقدم،

بادر بالابتسامة بادر بالسلام بادر بالاهتمام،

بادر بالصفح، بادر بالحديث الطيب، بادر بالإصلاح، بادر أن تُغيّر نفسك دائما للأفضل وإن كانت الأجواء لاتساعدك وإن كان أغلب من حولك ليسوا كذلك أو أنهم لايحفزونك، بادر بتطبيق كل عِلم مفيد تتعلمه، بادر بتحقيق طموحاتك، بادر بعمل أشياء تميزك ويسطع من خلالها شعاع نجمك، بادر بشتى أنواع الخيرات تقدم دائما لأنك مبادر.

بادر أن تقوم الليل خالصا لله فإنه من أعظم المبادرات التي تزيدك قوة وترشدك لمبادرات رائعة ومتنوعة بادر أن تحافظ على قيام الليل وتجعله ضمن أعمالك اليومية في جدولك الرائع

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله

بادر أن تردد هذه العبارة بقوة وتعمل بها وإن أهملها غيرك كررها بقوة قبل نومك ثلاث مرات:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الحادية عشرة
(الخَلوق)

عجباً من الخلوق حتى غضبه فيه أناقة، وزعله بأناقة، لا سب لاشتم لاعبوس لاخصام دائم لاتبييت غدر أوكره أو انتقام لاسوء أخلاق ولاقلة احترام بل انسحاب بهدوء وصمت فيه كظم غيظ وعفو بحب ومجاهدة للنفس لأقصى حد لا لشيء وإنما لأنه أحب الله فجعل تصرفاته جميعها لله وفي الله جل في علاه.

وماأعظم ديننا كيف يهتم بالإنسان ومشاعره وأخلاقه

حيث قال الحبيب محمد:

(إذا كُنتُم ثلاثة فلا يتناجى اثنان دون الآخر حتى تختلطوا بالناس من أجل أن ذلك يحزنه)

لا لشيء وإنما

من أجل أن ذلك يحزنه

دين عظيم يدعونا لأخلاق عظيمة

ومن جمال الأخلاق حفظ اللسان

يقول عز وجل ﴿مايلفظ من قول إلا لديه رقيب عتيد﴾

ويقول الشاعر:-

لسانك لاتذكر به عورة امرئ
فكلك عورات وللناس ألسن

تلك الأقوال ألجم بها فاك كلما أردت ذكر عيوب الآخرين. نفوس عظيمة في أخلاقها نفتقدها

عظيم ذاك الذي إن مدح غيره أمامه لم تتحرك في قلبه مشاعر الغيرة والأنانية المرضيَّة، وإنما زاد له ثناء ودعا له بالخير، وشحذ العزيمة والنية الطيبة ليرتقي لمثله وأكثر آخذاً بأسباب التقدم والتغيير للأفضل.

سبب كل خلاف حين يظن الواحد منا أنه دائماً على صواب، وسبب كل غرور حين يظن الشخص أنه دائماً أفضل من الجميع

دع عنك التحزبات والتفرقة والفتن، فإنها شر وبلاء وسوء أخلاق، بل إنها أشد على النفس من القتل.

وما أعظم تلك الأخلاق والتربية الراقية التى تدعونا لإصلاح ذات البين وما أروع إصلاح ذات البين، ليكون لك دور عظيم فيه.

المحافظة على قيام الليل تجعلك أنيقا في أخلاقك رائعا في بصماتك طاهر القلب عظيم الهمم، (قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى وتوفيقه).

اكتبها وعلقها في أي مكان تقع عليه عينك وكررها قبل نومك ثلاث مرات كررها بقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية عشرة
(عبّر عن مشاعرك)

التعبير عن المشاعر لايحتاج إلى تعقيد ولا تعالي ولاعناد ولايجب كتمانها، اشتقت أحدهم بكل بساطة ارسل إليه (اشتقت إليك) أخطأت في حق شخص كلمة مختصرة (اعتذر منك) فقدت عزيزا لم تره ولم يتواصل معك (افتقدك)، وغيرها من الكلمات المعبرة المؤثرة (شكرا.. أنت رائع.. رسالتك تهمني.. عملك منظم.. شخصيتك جذابة.. ابتسامتك جميلة.. تواصلك يريحني...) هي كلمات بسيطة مختصرة لكن فيها من عمق المشاعر مايريح قلبك ويجذب الآخرين إليك كما أن تأثيرها لاينسى، فلا تكن شحيحا في تعبيرك عن مشاعرك، فمجمل إنسانيتنا فيما نحتويه من (مشاعر وأفكار وأقوال وأفعال راقية)

ويكفينا في هذا المجال الاستشهاد بحديث رسول الله

عن أنس -رضي الله عنه- أن رجلا كان عند النبي فمر رجل به فقال: يارسول الله إني لأحب هذا، فقال له النبي أأعلمته؟ قال: لا، قال: (أعلمه) فلحقه فقال: إني أحبك في الله. فقال: أحبك الله الذي أحببتني له.

المحافظة على قيام الليل تجعلك أكثر تعبيرا عن مشاعرك بأجمل الطريق التي ترضي الله عنك، وهل يوجد تعبير أجمل من تعبيرك لله أنك

تحبه، فتترجم تلك المحبة بقيام الليل قائلا لروحك الرائعة الطاهرة الراقية (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله).

كررها قبل نومك ثلاث مرات كررها بقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة عشرة
(نرفع القبعة)

نرفع القبعة لذاك الذي ابتسم بقوة وإن لم يدل الفرح طريقه، نرفع القبعة لذاك الذي تفاءل بثقة رغم مرارة الحزن في قلبه، نرفع القبعة لذاك الذي استبشر خيرا والعسر من جانب قد حاصره، وتصفيقنا الحار نهديه لمن يفرح الناس لوجوده بينهم، وإعجابنا الشديد لمن لم تهز الحياة قوة أخلاقه، ومن لم تشوه الصعاب جمال ضحكاته، ولم تصد الشدائد همه، ولمن مازال محبوبا بين الجميع رغم سوء ردود أفعال من حوله، ولمن مازال متسامحا لا لشيء وإنما لأنه يطمع في عفو كبير من ربه يوم الحشر الأكبر يوم الحساب الأصعب فإما جنة أو نار إلا من أتى الله بقلب سليم عندها سيحظى بثمار ذلك التسامح والعفو رغم مرارتهما في قلبه.

ونرفع القبعة لمن يحب قيام الليل ويعشق قيام الليل ويحافظ على قيام الليل في إقامته وسفره في انشغاله وفضوته في حزنه وفرحه يحافظ عليه حبا لله، شوقا لله، ذُلا بين يدي الله، ليلقى العزة في الدنيا والآخرة، نعم نرفعها له بكل فخر فرحا به لوجود أمثاله الرائعين بيننا.

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله

كررها قبل نومك ثلاث مرات كررها بقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة عشرة
(استمتع باللحظة)

مايساعدك على الاستمتاع باللحظة (توقع خيرا.. قل خيرا.. فكر في كل خير.. تفاءل دوما.. لاتلتفت للماضي.. لاتفكر في المستقبل بخوف وقلق.. عبر عن مشاعرك استمتع وتفنن في التعبير عنها.. استنشق المتعة مع استنشاق أنفاسك الصباحية والمسائية.. اعمل بحب وإن لم تحب ما تعمل تصنّع المحبة في الشيء فمن تصنّع الشيء وعوّد نفسه عليه تطبعه وصار طبعا من طباعه الجميلة)

قيام الليل وحين تخشع في صلاة القيام فإنك تتعلم مهارة فن الاستمتاع باللحظة، فحافظ على صلاة القيام

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله احرص أن تكون منهم بعون الله وتوفيقه لك

كررها قبل نومك ثلاث مرات كررها بقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة عشرة
(السعادة المشروطة)

معظم البشر نظرتهم إلى السعادة كالآتي:-

سأسعد عندما أعمل

سأسعد عندما أتزوج

سأسعد عندما أنجب

سأسعد عندما أستقر في بيتي

أو عندما أحقق أهدافي أو.......إلخ

وهذه هي السعادة المشروطة، ولكن إلى متى نكبل سعادتنا بشروط وقيود؟

ولم يتعبنا شيء سوى أننا قيدنا السعادة بشروط حتى بتنا نبحث عن السعادة ولانجدها، وتناسينا أن السعادة لاشروط لها، السعادة مسكنها القلب، عشها ببساطة لتتنعم بعمق معانيها، عشها أينما كنت وحيثما تكون وإن لم يتحقق لك ماتريد، عشها دون قيود تصنّعها حتى تتطبعها، وأزل من حياتك مايسمى بـ(السعادة المشروطة) واستبدله بـ (سعادتي في قلبي) نعم فسعادتنا تكمن في قلوبنا المُحِبة لله

نعم اسع لتحقيق جميع طموحاتك وأهدافك ولكن لا تُقيّد ذلك بسعادتك عِش السعادة مادمت تتنفس أوكسجين الإيمان بالله تعالى فذلك الأوكسجين كفيل أن يجلب لك السعادة والطمأنينة فأكثر منه لتحيى سعيدا مطمئنا

قيام الليل يجلب لك سعادة الدنيا والآخرة فحافظ عليه تحيى سعيدا

كررها قبل نومك ثلاث مرات كررها بقوة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

درر فاصلة
(اجعل يومك تحدياً)

مارأيك أن تجعل يومك تحدياً إن كنت جادًا وتود التغيير

أمسك ورقة وقلماً فكل ناجح يسجل ويكتب، فتحد نفسك من اليوم وكن منهم وسجّل واكتب كل مفيد وطبقه واجعل الكتابة من مميزاتك خصص كراسة خاصة لك لهذا الشيء سمها كراسة (الرقي بالذات) أو كراسة (التقدم والتغيير للأفضل)

ثانيا اكتب (قررت أن اجعل يومي سعيدا)

(قررت أن أصنع إنجازا جديدا) (قررت أن أحقق هدفي)

أي قرار تريده ولكن اكتب في بداية كل قرار هاتين الكلمتين (قررت أن)...

اكتب حلمًا حاولت تحقيقه لكنك فشلت أو هدفًا تريد تحقيقه ولم تتمكن من تحقيقه أو اكتب سلوكًا سلبيًا حاولت تركه ولم تتمكن من ذلك أو آخر إيجابيًا تود اكتسابه

لحظاااات لتسجل بعدها انتقل للنقاط التالية:

الآن بعد أن سجلت ماتريد

تنفس بعمق انظر لما سجلت وقل

- أنا قادر على تحقيق ماأريد كررها ١٠ مرات أو أكثر كررها بقوة وثقة

اكتبها ثلاث مرات أو ماشئت.

- أكثر من الدعاء في السجود وبين الأذان والإقامة بأن تحقق تلك القرارات وماتريد تحقيقه من أهداف واستعن بالله أولاً وأخيراً.

- حدث نفسك بما تريد دائمًا عند قيامك وجلوسك وحلك وترحالك ليتحقق لك، عندها ستجد جميع الأبواب تفتح لك من حيث لاتحتسب والأمور تتيسر لرغبتك القوية، فالله معك وسيمدك بالقوة ويسخر لك الأسباب والعباد لنيتك الطيبة ورغبتك القوية.

- خذ بالأسباب وابذل الجهد وأخلص النية لله تعالى.

- إن حققت نجاحا وتقدمًا ولو بسيطًا تصدق باليسير، أكثر من الحمد أو قراءة القرآن أو صيام النافلة (الاثنين أوالخميس أو الليالي البيض) أو بر والدين وصلة رحم أو زيارة مريض.... وغيرها من أعمال الخير المتنوعة التي ترضي الله تعالى.

- ضع لك حصالة سمها حصالة النجاح أو حصالة تأديب النفس

فكلما تقدمت أودعت فيها وكلما تأخرت عاقبت نفسك وأودعت فيها وقرر أن لاتعود للتقصير قدر استطاعتك وأكثر من الاستغفار كي يقل تقصيرك وترقى للأفضل.

- التكرار وكثرة المحاولات والحديث الإيجابي للنفس سيوصلك لما تريد بعون الله تعالى فقط استمر ولاتيأس فأنت قوي وعلى ذلك بالتأكيد قادر وبكل قوة فالله معك يكفيك ما أهمك.

لايوجد مستحيل بوجود الله تعالى معنا إنه على كل شيء قدير إنما أمره إذا أراد شيئا أن يقول به كن فيكون.

اجعلوا حياتكم تحديات جميلة تأخذكم لعالم أجمل.

الفصل الثاني

الإشراقة الأولى
(صديقاتي)

جميلة هي الصداقة حين نجتمع فيها على محبة دائمة وأعمال خير دنيوية وآخروية خالصة لله تعالى، وبالتأكيد كل منا له مواقف جميلة في الصداقة يفخر بها ويحمد الله عليها وعلى تلك الصحبة الصالحة المحبة له التي رزقه الله إياها، فإحدى صديقاتي فتحت حساباً في تويتر دون علمي فقط لتنشر فيه جميع كتاباتي المفيدة التي أرسلها لها عبر الهاتف لنتشارك في الأجر، وعندما استصعب علي فتح حساب خاص لي في تويتر أخبرتني عن الموضوع فكانت فرحتي بموقفها الجميل والمشرف لاتوصف، وأعطتني ذلك الحساب لأنشر فيه ما أشاء من كتابات.

صديقتي أختي وحبيبتي جزاها الله خيراً علمتني أدعية فأحببت أن أهديكم إياها لفضلها العظيم:-

1 - (اللهم سجد لك سوادي وآمن بك فؤادي فارزقني علماً يشرفني وعملاً يرفعني)

2 - (اللهم ارزقني حبك وحب من ينفعني حبه عندك، اللهم مارزقتني مما أحب فاجعله قوة لي فيماتحب، اللهم مازويت عني مما أحب فاجعله فراغا لي فيما تحب)

وأخرى علمتني هذا الدعاء:-(اللهم لاتجعل الدنيا في قلبي واجعلها في يدي وجيبي)

جميلة هي الصداقة حين نجتمع فيها على أعمال عظيمة، وبصمات دائمة خالصة لله تعالى

فإحدى الحبيبات أعطها جملي ومقولاتي فتخطها بخطها الرائع لنجعل من خلالها بصمات دائمة بعون الله على مواقع التواصع الاجتماعي وذكريات خالدة نحصد من خلالها الأجر والثواب بعون الله تعالى.

وجميع الأشواق قطرة في بحر أشواقنا لله قل لروحك الطاهرة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يارب)

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية
(أحب الحياة)

ولست أحب التباهي والتفاخر

ولكني أحب الحياة حبا عميقا به أباهي وأفاخر

أحبها في حالات قوتي وضعفي

أحبها في حالات فرحي وحزني

أحبها في وحدتي وأنسي

أحبها وإن لم أجد فيها مايستوجب الحب

أحبها وإن كانت نفوس البشر تسيء فهمها للحب

فبداخلي شيء عجيب يجدد حبي لها

ومشاعري تحمل لها جمالاً يبدد اليأس تهديه لها

ربما لأنها هبة من الله ونعمة لاتقدر بثمن

ربما هو جمال الروح

ربما هو جمال الحياة

ربما هو إستشعار النعم التي لاتعد

لكنني موقنة أن ذاك الشعور

أساسه هو حب الله تعالى يحمل قلبي لأعلى مراتب الجمال والسعادة والمحبة والراحة.

قيام الليل مصباح يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً.

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة
(كن صديقا للصباح)

كن صديقاً للصباح،لإشراقات تجدد في أرواحنا الأنفاس،

لخيوط ذهبية تشرق لتنسج في طريقنا الراحة، وتبهر أعيننا بجمال الفجر وهوائه العليل ونسماته العذبة.

اصنع لك صباحًا جميلًا، افطر خارج المنزل، اعمل تمارين صباحية، بتنا في هذا الزمان ننام في الصباح غير عابئين ببركة الصباح، وعودنا أبناءنا على هذه العادة السيئة، لنقرر تركها فإنها تنزع البركة من حياتنا، لنستغل وقت الصباح استغلالًا جميلًا ونستشق نسماته بكل متعة وراحة، ولنرتل فيه قرآن الفجر ونجعلها عادة من عاداتنا الجميلة يقول الله تعالى (إن قرآن الفجر كان مشهودا)

زاحم بالقرآن جميع مشاغلك(مازاحم القرآن شيئا إلا باركه)

كل صباح أكثر من أعمال الخيرات مستحضراً قول المولى جل جلاله (إن الحسنات يذهبن السيئات)

أهلنا ووالدينا وأجدادنا طالما صادقوا الصباح فوجدوا البركات تتبعهم والعافية في طريقهم فلما لانخطو نفس خطاهم؟

قرر كل صباح أن لاتلتفت للنداءات الداخلية السلبية وأن تعطي جل تركيزك واهتمامك لكل نداء إيجابي لتكن أقوى ولتنجح أكثر

عطر صباحك بقرآن الفجر لتنال البركة والأجر (مازاحم القرآن شيئا إلا باركه)

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه لنا

كررها بقوة خاصة قبل نومك لتحصد ثمارها الجميلة كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة
(منتهى القوة)

أتعلم متى تكون في منتهى القوة ؟عندما لايتحقق لك جميع ماتريد لكنك تصبر، وتحمد الله على كل شيء، وتتقدم وتزداد قرباً من الله أكثر.

عندما تركض من الفشل لكنه يتبعك ليوقعك في مصيدته رغم جميع محاولاتك وتحدياتك، و ليريك أن النصر أولاً وأخيراً بيد الله، فتصبر وتزداد يقيناً بالله وترضى بحكمه وقضائه، وتزداد مثابرة للخيرات وتتعلم من أخطائك.

وعندما تسيطر على مشاعرك المتبعثرة، وحياتك المتشتتة، وضغوطاتك المتكاثرة رغم كل شيء، وتردد بكل ثقة وقوة قائلا (كل شيء تحت السيطرة وأنا أكثر قوة).

وعندما تفر من الحياة لله تعالى في جميع أحوالك، مستشعراً عمق وقوة وجمال معنى قوله تعالى (ففروا إلى الله)

عبارات تمنحك القوة والثقة والتفاؤل، كررها دائماً، حدث بها نفسك يوميا خاصة قبل النوم وبعده، اجعل صداها بعقلك عالياً، واجعلها بقلبك دائماً:-

1 - كل شيء تحت السيطرة وأنا أكثر قوة

2 - جميع المهام الموكلة إلي أنا لها بعون الله

3 - كل شيء سهل ومريح

4 - الله معي الله ناظري الله ناصري الله حسبي ووكيلي الله رازقي

احفظها وكررها خاصة عند الضغوطات والإحباطات، تجد مفعولها رهيب عجيب جميل في حياتك.

واكتبها وعلقها في أي مكان مناسب تقع عليه عينك أو احتفظ بها في مذكراتك أو هاتفك علمها أهلك أبناءك أحبابك وأصحابك.

ومنتهى القوة محافظتك على قيام الليل

كررها قبل نومك ثلاث مرات لتزداد قوة إلى قوتك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة

(لا تستسلم)

أن تفشل أمر طبيعي

أن تخطئ أمر طبيعي

أن تحزن أمر طبيعي

أن تمر بإحباطات أمر طبيعي

أن تحيطك عداوات أمر طبيعي

أن لاتلقى قبولاً من الجميع أمر طبيعي

أن يساء فهمك أمر طبيعي

لكن إياك أن

تستسلم

أو تيأس

أو تهرب

اجعل التحدي أوكسجيناً تتنفسه عندما تصادفك العقبات

واجعل الفرح عطراً تصنعه في قلبك وتفنن في صنعه عندما تحاصرك الأحزان

اجعل الأمل علاجاً لقلبك وبلسما لغيرك عندما تخفق خطواتك ولاتسعفك الظروف

اجعل حسن الظن طريقك الدائم والصاحب الوفي الذي لاتمل من صحبته لتريح نفسك لتريح عقلك لتحيى سليماً من آثام الظنون وأمراض الأرواح

قل لروحك كل ليلة: (في الثلث الأخير من الليل لي عند الله لقاء فأكرمني به ياالله).

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السادسة
(عالج نفسك)

عالج نفسك بسيرة الحبيب محمد عند الحزن قل لنفسك كما قال حبيبنا رسول الله لصاحبه أبو بكر في الغار (لاتحزن إن الله معنا)

وعند الخوف والمحن قل لنفسك كما قالت السيدة خديجة

لحبيبنا رسول الله (كلا لايخزيك الله أبداً إنك لتصل الرحم وتعين على نوائب الحاجات)

قد لايتحقق لك كل ماتريد وقد تأتي الأقدار مخالفة لأمانيك لا لشيء وإنما لأن الله يريد لك الأفضل أو أنه تعالى جل جلاله يريد أن يصرف عنك شراً غير ظاهر لك فقل (الحمدلله رضيت بالله رباً وبالإسلام ديناً وبمحمد صلى الله عليه وسلم رسولاً ونبياً) تجد نفسك تزداد سعادة ورضاً

يانفس استبشري ففي الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء وماأعظمه وماأعذبه من لقاء يمتص منا أوجاع الحياة ويمدنا بالحياة والطاقة

قيام الليل مصباح يضيء حياتك فلاتطفئه ماحييت

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السابعة
(عيشوا بحب)

هي حقيقة كلنا نعرفها

مصير الموت أنه يفرقنا

هي حقيقة أكيد توجعنا

هي حقيقة لامفر منها

هي حقيقة كلنا نعايشها

ولأنها حقيقة ولابد منها

ولأنها مره في كل تجاربها

نصيحة عيشوا الحب مع حبايبكم

جمعوهم والتقوا فيهم قبل الوداع مايداهمكم

ترجموا كل معنى للحب عند جمعتهم

نظره همسة ولمسه وكلمه طيبه وحضن صادق واهتمام بكل معنى لحبابيكم

لاعاشت دنيا تفرقنا وحجتنا فيها (مشاغل)

ولا تباركت أوقات ماتجمعنا عند حبايبنا

أهلك ثم أهلك ثم أهلك وكل الدنيا تحلى وتحلى بعد أهلك وعند أهلك

ابتعد عن ضوضاء الحياة ومتاعبها بركعتي قيام لله تعالى والنَّاس نيام لتجدد بهما طاقتك وتسعد قلبك قائلا لروحك الطاهرة: (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله).

قبل نومك كررها بقوة كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثامنة
(ابتعد عن الوساوس)

لاتنعزل عن الآخرين وتجلس بمفردك كثيرا (فتوسوس فتمرض فتخسر أكثر)

لاتختل بالمخاوف وتصدقها دائما (فتوسوس فتمرض فتخسر أكثر)

لاتخش الأمراض كثيرا (فتوسوس فتمرض فتخسر أكثر)

لاتتشاءم كثيرا (فتوسوس فتمرض فتخسرأكثر)

لاتسئ الظنون (فتوسوس فتتعب فتمرض أكثر)

أعجبني كلام أحد الدعاة حين قال:- (الشيطان ليس هدفه فقط أن ترتكب المعاصي فحسب، وإنما هدفه أيضاً (أن تحزن).

يفرِح كثيراً حين يوصلك لشعور الحزن واليأس من رحمة الله تعالى الواسعة، والمسلم الفطن لايجعل الحزن يتسلل لقلبه، ولايفتح بابا لوساوس

الشيطان وأوهام النفس وظلمات العزلة، ومهما كثرت ذنوبك أكثر القرب من ربك، وأكثر من الحسنات، وجدد التوبة الخالصة لله بهمة عالية وكلك يقينٌ بأن رحمة الله واسعة تسعك وذنوبك مهما كثرت وأنه لامفر لك من الله ولامنجأ ولا ملجأ منه إلا إليه جل الكريم في علاه، واعلم يقينا بأن الرحمن الرحيم أحن وأرحم بك من نفسك ومن أمك.

وكلما مررت بضيق خذ من وقتك وأكثر من الاستغفار

أحزانك كثرت خذ من وقتك وأكثر من الاستغفار

همومك ضيقت عليك خذ من وقتك وأكثر من الاستغفار

جميع الأبواب مقفولة في وجهك خذ من وقتك وأكثر من الاستغفار

تعسرت أمورك خذ من وقتك وأكثر من الاستغفار

قيل للحسن البصري: يا أبا سعيد إن الرجل يخطئ ثم يتوب ثم يخطئ ثم يتوب إلى متى؟

قال: إلى أن ييأس الشيطان منه.

لاتكثر من التفكير لاتكثر من العزلة والاعتكاف على مشاعرك السلبية بل أكثر من الاستغفار فالله تعالى يفتح بالاستغفار أبوابا كنت تظنها موصدة لاتفتح.

(وبالتطبيق نسمو ونسعد)

المحافظة على قيام الليل تبعد عنك جميع الوساوس وتزيدك إيمانا ويقينا وتجدد فيك الحياة فحافظ عليه لتحيا بسعادة

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم)

نفس عميق وكرر عبارتك المميزة قبل نومك بكل ثقة وقوة لتحصد ثمارها الجميلة ولتجدد في داخلك التفاؤل:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة التاسعة
(أكثر من رائع)

أنت أكثر من رائع حين لاتسمح لأي شيء أن يعكر عليك حلاوة الحياة

وأنت أكثر من رائع حين لاتسمح لأي فكرة سلبية بأن تحتل عقلك

أنت أكثر من رائع عندما تحافظ على مزاج جيد طوال يومك

فأنت حقاً رائع حين تحول كل محنة لمنحة وحين تحول الفشل لنجاح حين تعطر الحياة بروعة أخلاقك وبجمال بصماتك الخفية والظاهرة فأنت رائع

حين تدمن الصلوات وتعشق كتاب الله وتتنفس ذكر الله تعالى فروعتك قد فاقت كل روعة

حين لاتتأثر بالمغريات المدمرة ولاتهزك الرياح المحبطة ولا تغير مسار أهدافك التيارات المفاجئة فأنت بذلك مستمر في روعتك ومثلك عملة نادرة نحتاجها نحن في حياتنا

فكن دائما كذلك واستمر على روعتك تلك وانشرها لمن حولك بطرق رائعة

لتضفي على حياتنا وعلى الوجود جمال روعتك فنفخر بأمثالك في الحياة

إن كنت كذلك فتقدم للأمام فالنجاح حبيبك وحليفك فهنيئاً للعالم بأمثالك

ومايزيد روعتك تلك محافظتك على قيام الليل تقوم إليه بقلبك قبل جسدك بكل حب ولهفة لله تعالى والناس نيام قائلا لروحك الرائعة الطاهرة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله)

لأنك رائع ردد عبارتك الرائعة قبل نومك بكل قوة لتحصد ثمارها الرائعة في حياتك بعون الله وتوفيقه لك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة العاشرة
(دع عنك التفاهات)

تفاهات الحياة أخرجها من نطاق حياتك، واهتماماتك الهزيلة بفلان قال وفلان قصده وفلان جفاني أو أنني لم أجد من فلان أدنى اهتمام بل جاءني منه كل تقصير، دع عنك تلك العبارات التافهة (لم يزرني... لم يتصل بي... لايسأل عني... يزور فلان ولايزورني... لم يهدني شيئا.. لايهتم بي.. متغيرا عليّ.. إنه متعمد الإساءة إلي... كثيرا مايتعمد أن يجرحني... إنه قاصد مافعله... قاطعني وسأقاطعه.... وتراه ماذا يقصد بقوله) نعم تلك العبارات التافهة أزلها من قاموس حياتك لترتاح وتسعد فعظيمو الأنفس لايهتمون بصغائر الأمور، وكن محسنا رغم كل شيء ليس لأجلهم وإنما لتريح نفسك وترتاح، وتجعل جل اهتماماتك عظيمة خالصة لله تعالى فتعظم مكانتك في الدنيا والآخرة.

ليست بمستواك تلك التفاهات أبدا قرر أن تدعها، قرر وأنت أهل للقرار، ذاك العبث في الأوقات دعه عنك

والاستخفاف بأحلامك وتأجيل أهدافك وركنها في زوايا المستحيل أزلها عن بالك، فأنت مخلوق عظيم في كتاب الله، وعند الله أنت إنسان كريم

فقرر أن تكن أنت أهل لتكريم الله وتشريفه لك.

تلك الثواني والدقائق اقضها في استغفار في ذكر دائم لله

وتلك الساعات والأيام احتضنها بإنجازات وأعمال لاتنتهي

وتلك الليالي انثر عليها شوقك الدائم لله في صلوات علها تشفع لك يوم لاينفع مال ولابنون

نعم قرر وأنت أهل للقرار

بيّت النية لقيام الليل خالصًا لله تعالى اضبط ساعة منبهك نم على وضوء واحتضن أذكار النوم وطهر قلبك بعفو تام عن الجميع تنم مرتاحًا طاهرًا: -

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله)

رددها موقنا بها وبروعتها قبل نومك ثلاث مرات وبكل قوة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الحادية عشرة
(كُنْ رائعًا)

كُن رائعًا... أتعلم كيف؟

في نهاية يومك استحضر جميع انجازاتك وجهدك صغيره وكبيره وقل لروحك الرائعة: (أشكرك ياروحي الرائعة على روعة العطاء)

كُن رائعًا في تعاملك، كُن رائعًا في تقدمك، كُن رائعًا في عطاءاتك، كُن رائعًا في احتوائك لذاتك، كُن رائعًا في انجازاتك، كُن رائعًا في أقوالك وأفكارك ومشاعرك وجميع أفعالك، كُن رائعًا في خلواتك، كُن رائعًا في قربك من ربك.

عندما يوصي أهلنا فلاناً على أخيه يقولون له (هلهله في أخوك)، وعندما نوصي بعضنا بعضا نقول (هلهله)، كلمة بسيطة لكن لها وقع رهيب جميل على النفس وعلى الآخرين، لذلك أوصيكم على أرواحكم (هلهله في أرواحكم) اغسلوها من كل مايكدرها واجعلوها مليئة بالطُهر والطموحات العظام والنوايا الحسنة اجعلوها أكثر روعة واتركوا لكم في هذه الحياة آثارا رائعة وبصمات أروع وذكريات تفوق الروعة.

ولاتوجد روعة أفضل من قربك لله في الثلث الأخير من الليل والناس نيام لذلك اضبط ساعة منبهك وبيّت النية لقيام الليل:-

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله)

رددوها موقنين ثلاث مرات :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية عشرة (عِشْ مرتاحًا)

في نهاية يومك اطلع على فيلم حياتك الذي عشته خلال يومك؛ لا لشيء وإنما لتلغي منه جميع ما أزعجك وتبقي على كل مايريح قلبك مستفيدًا فقط من الأخطاء لتتقدم أكثر فهكذا تصقل الشخصيات.

اجعل بينك وبين الآخرين مسافات أمان، فلاتجعلهم يسلبون منك سعادتك، ولاتستقبل منهم أي رسائل سلبية، لهم الحرية في الإرسال ولك قوة القرار في الرفض والاستقبال.

خذها قاعدة لترتاح إن لم تكسب كل شيء فلاتخسر كل شيء، جميل أن توسع نطاق مكسبك ولكن إن خسرت يوما فاجعل خسارتك محدودة ولا تعممها.

في الحياة أناس لايليق بهم المقام إلا في قلبك فحافظ عليهم خذهم معك في جميع دعواتك، وفيها من لايستحق أن تفكر فيه ولو لثوان قليلة جدًا من وقتك مستواه أن تضعه خارج نطاق حياتك وتفكيرك فلاترهق روحك به ولاتثقل به عقلك باختصار (عش مرتاحًا).

ومايساعدك أن تعيش في راحة كبيرة كن خارج التغطية عن كل غيبة ونميمة وفتنة ومشاعر سلبية وكن متصلًا بكل مايرضي ربك لترتاح دومًا.

والراحة الكبيرة قيامك في الثلث الأخير من الليل آخذاً روحك الطاهرة لصلاة القيام والناس نيام فاظفر بها من راحة لايُلَقّاها إلا ذو حظ عظيم

عبارتك الرائعة رددها بكل يقين ثلاث مرات قبل نومك ترتاح وتسعد:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة عشرة
(كُنْ مُنجزًا)

لاتجعل يومك يمضي دون صدقة دون فكرة حلوة ودون عمل مفيد صغيرا كان أو كبيرا، تعلم فنون الإنجاز معنوية كانت أو مادية، فرج همًا، نفّس كُربة مسلم، اقضِ حاجة محتاج، اصلح بين متخاصمين، ادخل السرور إلى قلبك وقلوب من حولك، لا تراكم الأعمال وليكن شعارك (لاتؤجل عمل اليوم إلى الغد)، اقرأ كتابًا مفيدًا، مارس رياضة معينة، نمِّ مواهبك واكتسب هوايات جديدة، اجعل الإنجاز يسري بين عروقك، ولاتكتف فقط أن تنجز وحدك أشرك غيرك في الإنجاز فالإنجازات الجماعية في غاية الجمال وتأثيرها أكبر على المجتمع، كثرة الإنجازات تؤدي إلى كثرة البصمات فدع لك بصمات متنوعة وهادفة

وأعظم الإنجازات محافظتك على قيام الليل:-

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله)

استمرارك في ترديد عبارتك الرائعة من الإنجازات الجميلة التي قد تقودك لإنجازات أجمل بعون الله لك رددها بكل قوة قبل نومك ثلاث مرات:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة عشرة
(كُنْ للحياة حياة)

اجعل من يراك يرى فيك الحياة بجميع معانيها، يرى في ابتسامتك حياة في نظرتك أمل و حياة في سلامك الحار وتحيتك الصادقة حياة في حديثك حياة في عملك حياة وفي إيمانك وعطائك حياة وفي صبرك حياة.

هناك نوعان من المرضى:-

نوع كثير الشكوى ليس لديه حديث سوى الحديث عن مرضه وأوجاعه تخرج بعد زيارته وقد تشبعت من عنده بالحزن والضيق واليأس

ونوع يتخطى الحديث عن أوجاعه وأمراضه ليعطيك رغم مرضه حياة تجده كثير الشكر والذكر لله تجد حديثه فيه نوع من الدعابة ليجذبك للجلوس معه تجده صابرا تخرج من عنده محبا للحياة.

مايجعلك أكثرة حياة وراحة صلاة القيام فحافظ عليها تحيي قلبك بها قل لروحك الطاهرة (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله)

رددوها موقنين ثلاث مرات:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة عشرة
(إجازتنا إنجاز واستمتاع)

كثير من الأبناء عندما تبدأ إجازتهم يرددون (سنفعل فيها مانشاء) قاصدين بذلك السهر طيلة الليل على الإلكترونيات، والنوم في النهار، ولكن مهلًا :-

لنصحح معًا هذه النظرة الخاطئة عند أبنائنا

لنتعاون جميعنا في هذا الموضوع، كل منا يبذل جهده فأبناؤنا أمانة سنحاسب عنهم يوم القيامة

لنخبرهم أن الله جعل الليل للنوم والنهار للسعي والعمل (وجعلنا الليل لباسا وجعلنا النهار معاشا) فحين نخالف قوله تعالى وهو العالم بماينفعنا فإننا نخسر ونمرض ونتعب

لنخبرهم أن امتحانات المدرسة والجامعات لها وقت ولكن امتحان الدنيا مازال قائما إما جنة أو نار لذلك علينا تنظيم أوقاتنا

لنخبرهم أننا كما اجتمعنا في بيت الدنيا الفانية نريد أن نجتمع في جنة النعيم الخالدة لنجاهد أنفسنا في هذا الموضوع فهو في غاية الأهمية فالله تعالى يقول (والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا وإن الله لمع المحسنين)

علّم أبناءك تنظيم أوقاتهم

ومايعيننا على تربية أبنائنا وعلى حسن تنظيم الإجازة وجميع أوقاتنا المحافظة على قيام الليل، قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه.

رددوها موقنين ثلاث مرات:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

درر فاصـــلة
(لأنك مختلف)

جميع مخاوفك اتركها خلفك وتقدم (لأنك مختلف)

عاد الكسل وعانق النشاط وانطلق بهمة (لأنك مختلف)

أنجز، اعْط، ابن، شارك، عاون، اترك أثرا (فأنت حقا مختلف)

كن في ذكر الله من المكثرين

كن في حفظ اللسان من المهتمين

كن في فعل الخيرات من المزاحمين

كن في التفاؤل من المتميزين

كن في التسامح من الكاظمين العافين

كن في جني الحسنات من المكثرين

ففي ذاك اختلاف جميل لك عن العالمين

لتكن حياتكم اختلافاً جميلاً لا تخلف عن كل شيء جميل

لنصل على الحبيب المصطفى ١٠٠ مرة

ففي ذلك أجمل تميز واختلاف جميل فكن في الإكثار من الصلاة على

حبيبنا رسول الله من المكثرين تجد لحياتك اختلافاً جميلاً فاق الروعة عن جميع العالمين.

أخي القارئ الرائع لأنك مختلف حقا لاتنتقل إلى قراءة الفصل الثالث إلا بعد أن تصلي على حبيبنا رسول الله بكل حب مائة مرة.

الفصل الثالث

الإشراقة الأولى
(موجات تفاؤلية)

بين صمتي وجهري، بين قولي وفعلي، بين حركاتي وسكناتي، تتراقص أمامي موجات تفاؤلية، وأعاصير جمالية، ونداءات بلسمية، وهتافات روحانية لاتوصف كامل محتواها يترنم مردداً

(أنا محسنة الظن بك يا الله إنك تخبّئ لي الخير كله)

حديث قدسي يهدينا موجات تفاؤلية لاحد لها

عن أبي هريرة عن رسول الله أنه قال: (قال الله تعالى: أنا عند ظن عبدي بي)

العملية بسيطة غير معقدة طريقك للتفاؤل أن تحسن الظن بالله وأن تجتهد لنيل رضاه والقرب منه

من طبيعة البشرية أنهم يكتبون فضائل الناس على الماء، وينحتون عيوبهم على الحجر

فكن محسناً لتحيى متفائلا، وانحت فضائل الناس على حجر، واكتب عيوبهم على الماء.

قيام الليل يجدد في داخلك الموجات التفاؤلية فحافظ عليه تحيى متفائلا

عبارتك الرائعة كررها قبل نومك ثلاث مرات ففي جميع حروفها موجات تفاؤلية وحسن ظن بالله العظيم الكريم:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية
(الـوقـت)

الكنز الخفي غير المحسوس والمهمل جدًا جدًا هو (الوقت)، لنحافظ عليه كما نحافظ على كنوزنا المادية من ذهب ونقود، فإنه والله لأثمن منها وإن ذهب لايعوض.

خصص لك ساعة سمها (ساعة انجاز)، عاقب نفسك إن أهملت في تلك الساعة، ادعُ ربك في السجود أن يساعدك على حسن استثمار أوقاتك وادعُه بهذا الدعاء:

(اللهم بارك لنا في كل ثانية من أوقاتنا وبارك لنا في كل نفس لنا في هذه الحياة، وأعنا على حسن استثمار أوقاتنا كما تحب وترضى).

محافظتك على قيام الليل تبارك أوقاتك وتعينك على حسن استثمارها

بيت النية للقيام وقل لنفسك قبل نومك:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله)

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة
(قوة التوكل على الله)

أتعلم ما الذي يجلب الفقر حقاً؟ عندما تظن أن الرزق بيدك، أو بيد الظروف، أو بأيادي من حولك.

يقول الله تعالى:-

(قُل لَّوْ أَنتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَائِنَ رَحْمَةِ رَبِّي إِذًا لَّأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ الْإِنفَاقِ ۚ وَكَانَ الْإِنسَانُ قَتُورًا)

إنما الرزاق هو الله، لنعشها يقيناً فنطهر قلوبنا من الخوف وخشية الفقر لنحيي قوة التوكل على الله في قلوبنا أثناء سعينا للرزق

عن عمر قال سمعت رسول الله يقول:- (لو أنكم تتوكلون على الله حق توكله لرزقكم كما يرزق الطير تغدو خماصا وتروح بطانا)

لذلك دائما ادع في صلاتك (اللهم ارزقنا حسن وقوة التوكل عليك كما تحب وترضى).

المحافظة على قيام الليل يجعلك أكثر اطمئنانا على رزقك كُن قريبا من الله وخذ بالأسباب يرزقك الله من حيث لاتحتسب

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى وتوفيقه

كررها بقوة قبل نومك خاصة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة
(الهمة)

يمضي عليه يومه وبالكاد ينجز في عمله أو في بيته.. وآخر يحسن العطاء أينما كان (إنما هي الهمة التي غرسها في قلبه فأثمرت)

يمر وقته وبالكاد يفتح كتاب الله ليقرأ صفحة وآخر يقرأ صفحات ويحفظ ويثبت حفظه (إنما هي الهمة التي غرسها في قلبه فأنتجت)

بعض الهمم عانقت الطموحات وحققتها، وعانقت النجاحات بشتى أنواعها فتذوقتها واستلذتها، فهنيئًا لأصحابها صبروا فنالوا اجتهدوا وسهروا وضحوا، فوصلوا لما يريدونه بكل قوة.

وآخرون لا تعرف الهمم إليهم أدنى طريق، لأنهم باختصار بلا أهداف بلا تحد، واستسلموا للفشل بسهولة، فكن من الصنف الأول لتجد لحياتك طعما جميلًا، وجميعنا قادر على ذلك بكل تأكد ولكن إن كنا قادة لأنفسنا لا العكس (فأقوى الناس من قاوم هوى نفسه)

بهمتك تحيي نفسك، بهمتك تحيي همم من حولك، بهمتك ترينا روعة إبداعاتك وأعمالك وجمال أفكارك وطيب خطواتك ونجني حلاوة وجودك بيننا. وعن سيدنا علي -كرم الله وجهه - قال: (رُبَّ همة أحيت أمة).

ويظل القادم أجمل إن جعلنا جهادنا لأنفسنا جميلًا قويًا مستمرًا في قوة بعون الله تعالى

حين توقن بتيسير الله لجميع أمورك تجد أمورك تتيسر، وحين توقن بالفرج تجد لكل ضيق فرجا، وحين توقن بمجيء الخيرات واقترابها بعون الله ستجدها، فكن ذَا يقينا قويا بقدرة الله تعالى جل جلاله.

وأكبر الهِمم وأعظمها التي منها تشع جميع الهمم الدنيوية والآخروية تلك الهمة التي توقظك لقيام الليل والناس نيام

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى

كررها بقوة قبل نومك:- كررها ثَلَاثُ مَرَّاتٍ

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة
(حافظ على طاقاتك)

حين تعظم الأمور فأنت تجني على عقلك بالجنون، وحين تدمن حب الانتقام فأنت تقود نفسك لهاوية الهلاك، عش بعفوية، عش وقلبك في كل نبضاته متوكلاً على الله لتعانق قمم الراحات وتحتويك دنيا السعادة.

حسن الظن يعني أنك تحب ذاتك فتريحها من مآثم وآفات سوء الظنون، حسن الظن فن، حسن الظن مهارة،حسن الظن جهاد، حسن الظن راحة، فهنيئاً لمن يتصنعه حتى يتقنه.

إياك والروابط السلبية بين الأمور والأحداث والتجارب، أو إصدار أحكام عامة دون إدراك أضرارها، مثل التعميم على تجارب الآخرين السلبية بأنها عامة على الجميع وتسري عليهم، فهذه نظرة خاطئة، فالكل يحكي تجاربه السلبية وفشله،و لكن لا لتعميم تلك التجارب الفاشلة فكل شخص قدراته تختلف عن الآخر والظروف كذلك.

أيها القارئ الفطن:-

تعظيم الأمور يسلب منك (طاقة)

والروابط السلبية تسلب منك (طاقة)

حب الإنتقام يسلب منك (طاقة)

الحزن يسلب منا (طاقة)

الخوف يسلب منا (طاقة)

الضيق يسلب منا (طاقة)

التفكير السلبي يسلب منا (طاقة)

ونحن من سمحنا لجميع أولئك الأعداء أن يسلبوا منا الطاقات الهائلة، عندما أعطيناها مشاعر أكبر مما تستحق، واطلنا الوقف عليها، كن ذكيا وحافظ على طاقاتك الهائلة من الضياع في مالا فائدة منه وأحسن استثمارها كما يحب الله ويرضى.

قيام الليل يجلب لك الطاقات الهائلة فحافظ عليه تسعد وتزدد قوة

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه لنا

عبارتك الرائعة كررها بقوة قبل نومك تمدك بطاقات هائلة عند استيقاظك:

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السادسة
(يريد اللّه بكم اليسر)

أبشر ياخليفة الله على أرضه، فأمورك المتعسرة ستتيسر يوماً، فالرحمن الرحيم يقول لنا في كتابه الحكيم ﴿يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر﴾ من سُوَرة البقرة، تأملها بقلبك:-

يريد الله بكم اليسر، يسّر على نفسك ولاتعقدها وكن قريبًا من ربك يهدي قلبك

ذاك اليقين يعطيني نوراً، تلك الإيمانيات تزيدني سعادة، وتلك التحديات تعطيني قوة، كلي أمل بأن هناك أشياء كثيرة مخبأة لي عند ربي ستفرحني حد البكاء ستفرحني حد السجود له شكراً وطاعة ومحبة.

تلك التمتمات دائماً يحدثني بها قلبي، فتغمرني سعادة لاتوصف، وتعطيني حماساً لاحد له وتلك هي قناعاتي الدائمة الراسخة بيقين عميق يعيشه قلبي، وماذاك الشعور إلا عالم صغير من تلك العوالم الجميلة التي تعيشها روحي بكل تفاصيلها الجميلة، وهي عوالم حسن ظني بالله العلي الكريم وأنه يخبئ لي الخير الكثير.

كلما تأزمت الأمور هناك شيء في داخلي يخبرني بأنها ستفرج، و كلما اشتدت وضاقت أكثرهناك شيء في داخلي يخبرني بأنها ستفرج.

نعم هي دائما تشتد

نعم هي دائما تؤلم

نعم هي دائما تتعسر

نعم كلما حسبتها ستفرج تشتد أكثر فأكثر

لكنني عندها لدي يقين أكثر، لدي أمل أكبر، لدي إيمان قوي بأنها كلما اشتدت اقترب الفرج أكثر فأكثر، كلما اشتدت جاءت الخيرات أكثر، كلما اشتدت ستصبح بعدها أحسن وأفضل وأجمل فربنا لايكبر عليه شيئا هو دائما أعظم وأكبر ألا نناد عند كل صلاة بكل يقين قائلين ملء أفواهنا وقلوبنا وعقولنا (الله أكبر) نضج بها الأكوان وكل شيء في هذه الحياة قد نراه أكبر.

ماخاب عبد أحسن الظن بالله، وماخسر أبداً من علق قلبه بالله، وماحزن قلب مملوء بحب الله وحب عباده.

كن على يقين بأن التفاؤل يحيي قلبك فتفاءل دومًا، وأحسن الظن بالله، كن مطمئناً لأن الله معك فقط اجعل همك الدائم رضاه واجعل نواياك طاهرة، ولتكن أعمالك رائعة واجعل بصماتك في الخيرات دائمة لاتنتهي إلا بانتهاء أنفاسك من الحياة.

مهما كتبت لكم عن التفاؤل قصصاً وحكايات فإن حياة حبيبنا رسول الله هي إحدى حكايات التفاؤل الجميلة وأروع قصصه الواقعية

فالحمدلله دائماً وأبداً أن رسول الله هو قدوتنا وحبيبنا

ذاك هو حسن ظننا بالله، ذاك هو شدة حبنا لله وشدة إيماننا بقدرة الله

الواسعة، هو قادر على تفريج الهموم، هو رب كريم قائل في كتابه العظيم:- (فإن مع العسر يسرا إن مع العسر يسرا)

ماخلقنا الله لنشقى، ماخلقنا لنتعذب، إنما خلقنا لنعمل لنتفاءل لنسعد أينما كنّا بالإيمان والعمل دائما سنسعد.

قل لروحك الطاهرة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فلنجاهد أنفسنا للقيام له)

كررها بقوة قبل نومك كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السابعة
(الكلمة الطيبة)

جميعنا نعلم سحر ومفعول الكلمة الطيبة على قلوبنا، ومن الكلمات ماتبني أرواحاً وتهدي حياة ومنها مايميت القلوب ويسلب الأفراح فانتقوا كلماتكم لمن حولكم.

وأكثر الناس قلوبهم مُتعبة، فلِمَ لا نجود على بَعضنَا بكلمات طيبة ترفع المعنويات؟ وما أحوجنا لرفع المعنويات، فقرر أن تكون ممن يرفعون المعنويات بعون الله.

قل لروحك الطاهرة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله)

ويظل القادم أجمل بعون الله تعالى فالله معنا وكفى

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثامنة
(طرق لإحياء الهمة)

حين تخفت قواي أتذكر مقولة علي بن أبي طالب -كرم الله وجهه- (رب همة أحيت أمة)، فأستحي من نفسي حين أجد همم الرائعين من حولي تحيي أمماً، وأنا همتي لاتحييني فرداً فأستجمع قواي بهممي الخفية وأيقظها لتنطلق من جديد من سباتها العميق، لنصنع بصمات إنجاز لاتنسى.

عندما تكون همتك خامدة أيقظها بالآتي:-

1) تذكر أن وجودك حيا في حد ذاته نعمة عظيمة فاجعل لأنفاسك قيمة واعمل واستمتع.

2) أكثر من ذكر الله تعالى ففيه تجديد للهمم بشكل عجيب رهيب.

3) نظم أعمالك وسجلها فيسهل عليك إنجازها بمتعة وراحة وأريحية.

4) تذكر موتى المسلمين بدعوة أو بصدقة، وتذكر المرضى بدعاء أو بزيارة، واستشعر حال كل من يحتاج للمساعدة فأعنه بقدر المستطاع تزداد، سعادتك وتعلو همتك.

5) ممارسة مهارة التنفس العميق تزيد الهمة ويمدك بالطاقة فقرر ممارسته والالتزام به من اليوم.

6) ومايطرد الكسل ويريح النفس هذا الدعاء (اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل ومن الهم والحزن ومن غلبة الدين وقهر الرجال)

7) المحافظة على قيام الليل يزيد الهمة فوق المتوقع فحافظ عليه وقل لروحك الطاهرة في كل ليلة:- (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله)

ويظل القادم أجمل بعون الله تعالى فالله معنا وكفى

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة التاسعة
(كل صعب يصبح سهلا)

في زماننا بات من السهل أن تتعلم وتقرأ وتطلع، لكن للأسف أصبح من الصعوبة أن تطبق ماتعلمته.

وسهل أن تخط وتنصح، ولكن من الصعب أن تستمر وتستمر فتؤثر وتغير للأفضل.

ومن السهل أن تجرح وتكون فظا غير مستساغ الطباع، ولكن من الصعب أن تظل شيئا جميلا وبلسما شافيا.

وسهل أن توجه وترشد، ولكن من الصعب أن تربي الجيل وتبني النفوس العظيمة وأن تستقيم حتى النهاية.

ولكن كل صعب قد يصبح سهلا بالطرق الآتية: -

1) بالتحدي وعدم اليأس

2) والاستعانة بالله وحسن التوكل عليه

3) بالملاحظة والمتابعة والتقويم

4) وأن تصبر فتصبر فتصبرفتصبر لتنال

5) بأن تتزود كل يوم وعلى الدوام بركعتي قيام والنَّاس نيام لتجد نفسك أكثر قوة ورُقيًا وتقدمًا

6) وإن ضعف من حولك وتاه وانفتن وتأخر فأنت ثابت مع الله دائما وأبدا بعونه لاتتأخر فكن كذلك دائما

7) الإكثار من الدعاء واستحضار معية الله لك بحب وخشوع ويقين

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه لنا

ويظل القادم أجمل بعون الله تعالى فالله معنا وكفى

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة العاشرة
(إنها الأفكار)

تقلبك

قد تعكر مزاجك

قد تجلب لك الضيق

ولربما قد تسعدك إن كانت تحمل طيف الإيجابية

إنها الأفكار

تفرحنا أفكار وتحزننا أفكار

وتخيفنا فكرة وتريحنا أخرى

وتمرضنا أفكار شتى كما أن علاجنا قد يكون بأفكار أخرى

عجباً من تلك الأفكار كيف تقلب مشاعرنا

وتباً لكل فكرة سلبية تغزو عقولنا

إن قلبتك أفكار البؤس يمنة وشمالا، قلبها أنت بالتحدي العظيم لها والإصرار الأقوى.

كن قوياً وتحكم بأفكارك وقلبها قبل أن تقلبك وكن أنت سيد عقلك

بنيات أفكارك إما أن تشقيك أو تسعدك

فبيدك زمام التحكم

وأنت سيد عقلك

فكن سيداً ذكياً في توجيه أفكارك

نعم

تحرك بفكرة وقف بفكرة ونم بفكرة واستيقظ بفكرة لكن اجعلها

إيجابية فتلك هي القوة وذاك هو التغيير الذي يطلبه العالم من حولك الأفكار السلبية التي تجلب لك الحزن والمرض وتعكر صفو يومك وتجلب لك الكآبة.

سلة المهملات أولى بها من عقلك

طهر عقلك

ارتق بأفكارك

تسعد طوال يومك بل طوال حياتك

حين لاتسمح لكلمات الآخرين السلبية وردود أفعالهم الحمقاء أن تحبطك أو تحزنك ولا أن تهدر أوقاتك ولاتعبث بصحتك فهنيئاً لنا بأمثالك وهنيئاً لك بتلك القوة التي تمتلكها.

فحياتك بكل تأكيد من صنع أفكارك

وسعادتك تصنعها أفكارك الإيجابية فكن إيجابياً لتسعد

فتحكم بها قبل أن تتحكم بك

ولاتصدقها إن كانت تحمل سوء الظنون

ولاتتعمق فيها إن كانت في منتهى السلبية

وعانقها إن كان منبتها الإيجابية

ضع في مخيلتك إشارات حمراء لاتسمح من خلالها للأفكار السلبية بالمرور داخل عقلك أبدا

و إشارات خضراء تعبر من خلالها عن كل فكرة جميلة هادفة

فكما قيل حياتك من صنع أفكارك فاصنع لنفسك عالما من الأفكار السعيدة لا التعيسة.

خاطب روحك الطاهرة قائلا لها في كل ليلة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فلنجاهد أنفسنا للقيام له)

فمحافظتك على قيام الليل تجعلك أكثر قدرة في التحكم في أفكارك فحافظ عليه ماحييت تسعد وترتاح.

كررها بقوة قبل نومك خاصة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الحادية عشرة
(تمهل)

ابنك ليس بآلة تعطيها أمراً فتعطيك استجابة، إنما هو روح تحتاج إلى فهم واحتواء ودراسة، روح لها هوايات ميول رغبات وطموحات، في تعاملك مع أبنائك لاتعطي لكلام الناس اهتماماً كبيراً، فألسنة الناس لاتصمت عن الأحاديث أبداً، إنما تحتاج في تعاملك معهم أن تتق الله في حسن تربيتهم، مع إدمان الدعاء لهم.

تمهل... جفافك العاطفي عند أبنائك سيجعلك تفقدهم سيجعلك تندم احتضنهم صباح مساء قبّلهم قبل النوم وبعد.

تمهل.. قلة جلوسك مع أهلك مع أبنائك دعه عنك فإنك يوماً ستفارقهم وسيفارقونك فجالسهم براحات وتمهل.

أيتها الأم كوني قوية، تظاهري بالقوة حتى وإن ضعفتِ، فالبيت بأكمله يستمد قوته منك، واستمدي جل قواك بالإكثار من ذكر الله تعالى، واشبعي أبناءك حبا وحنانا.

أيها الأب كن رائعًا في احتوائك لأبنائك هكذا هي الحياة نحتوي أبناءنا صغارا فيحتوونا كبارا لذلك علينا أن نحسن الاحتواء ونجعله مشبعا بالحب والصبر وجمال العطاء.

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى وتوفيقه

قبل نومك كررها ثلاث مرات :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية عشرة
(كن راضيا عن نفسك)

عندما تجد من يفوقك كن أكثر رضا بنفسك وتقبلا لذاتك، لأنك حتما تَفُوقهم في أمور أخرى وكثيرة وتظل من أجمل الكلمات تعبيرا وراحة قولنا الدائم (الحمدلله) ويظل في الرضا سر السعادة.

قد يكون جمالك في نقصك

قد تكون قوتك في ضعفك

لاتكسر نفسك في داخلك إن رأيت نجاحات الآخرين ترقص أمامك

لاتفقد روحك بنظرة النقص إليها عندما تجد من الآخرين جمالاً يبهرك

كن راضياً عن ذاتك متقبلاً لها لأنها برضاك عنها ترقى

بقبولك لها تسعد فتسعدك

كن على يقين إن لم تحتو روحك وتأخذها لقمم النجاحات وناطحات الانتصارات فلن تجد من يأخذها غيرك أبداً وستظل تتخبط في حفر الفشل وأوحال الإحباطات واليأس ومستنقعات الأحزان.

يعجبني عظيم النفس الذي يحتوي نفسه في كل وقت وحين إذا خيّم عليه الليل احتوى نفسه بكل معنى الاحتواء، احتواها بحب، فكن عظيم النفس جميل الروح لذلك قبل أن تنام

تذكر كل جميل

وارتقب كل جميل
وكن جميلا بأفكارك الجميلة
ومشاعرك الأجمل

حين تريك الحياة قحطاً، وتريك الأفراح جدباً، وتورثك الهموم ضيقاً أرها أنت جمال صبرك وقوة إيمانك وحسن ظنك لتظفر بالفرج القريب

التمس عذرا سامح وتفاءل وأحسن الظن وكن ذا همة عالية لبناء غدك بكل جميل ومفيد.

ولاتكترث عندما لايصفق لك الجميع عند عظيم النجاحات، بالتأكيد قد يكون بينهم من لايعير للتصفيق اهتماماً، وهناك آخرون لايتقنون فن التصفيق وتعزيز الغير، ومنهم قد تمنعه غيرته من التصفيق لك، ومنهم من مشاغلهم كثيرة، وإن من أعظم التصفيق وأكثره بقاء وأثراً تصفيقك لذاتك، فصفق لها حتى ترضى وقل لها من عبارات الروعة ماتعجز اللغات عن سرده، فأنت وحدك أعلم بجميع إنجازاتك، وأنت أعلم كم قد عانيت وتعبت وتألمت حتى حققت تلك الإنجازات.

قل لروحك بعد كل إنجاز (أنا رائع.. أنا منجز.. أنا مبدع) وزد ماشئت قل بقوة وثقة

وأعظم تصفيق لروحك أن تصفق لها بعدما تأخذك دائما لصلاة القيام لله تعالى والناس نيام، (قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى).

عبارتك الرائعة رددها بقوة قبل نومك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة عشرة
(راجع قراءتك)

حين تقرأ كتاب الله ولايُهذّب مشاعرك عندها راجع قراءتك

حين تقرأ كتاب الله ولاتتغير للأفضل عندها راجع قراءتك

حين تقرأ القرآن ولايلين قلبك عندها راجع قراءتك

حين تقرأ القرآن ولاتصل رحمك عندها راجع قراءتك

حين تقرأ القرآن ولاتتعلم منه شيئا عندها راجع قراءتك

فالقرآن ليس للقراءة والحفظ فقط وإنما

هو منهج حياة ودستور أمة

اجعل قلبك قرآناً اجعل أخلاقك قرآناً اجعل حياتك قرآناً لتسعد في دنياك وآخرتك

رتل كتاب الله بروح خاشعة في قيامك لله تعالى والناس نيام قائلا لروحك الطاهرة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فلنجاهد أنفسنا للقيام له)

كررها بقوة قبل نومك خاصة لتحصد ثمارها الجميلة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة عشرة
(المستمسك بالله)

وإن كثر الحديث عن المخاوف، فحديثي عن رحمة الله وقدرته سيظل حديثي الأزلي.

وإن زاد التنافس من حولي على دنيا فانية، فجميل أن يظل تنافسنا على جمال الأخلاق في ازدياد أبدي.

قد قيل:- (واثق الخطوات يمشي ملكا)

وأقول:- (المستمسك بالله يمشي مطمئنا)

وإن جفا علينا الزمان ورمتنا أيامه بالفواجع والمحن، سأظل مرتقبا كل جميل من ربي الكريم رغم جفوة الناس والزمن.

وأظل أردد لأنني مؤمن بالله قلبي لاتهزه المحن.

ولأنني مؤمن فقلبي يعشق الفرح وإن لم تهديني إياه الحياة فإنني أصنعه لنفسي مادامت الروح يسكنها الحب والإيمان والأمل.

كلما كثرت مشاغلك وهمومك حافظ على ركعتي قيام لله تعالى والنَّاس نيام فإنها تعينك بعون الله على جميع مشاغلك وتبدد همومك

كررها بقوة قبل نومك لتحصد ثمارها الحلوة: -

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة عشرة
(لا تقف لحد معين)

دائماً انظر لأي عمل تقوم بِهِ بأنه صغير؛ لتعمل أكبر منه ولكي لاتقف قدراتك عند عمل معين ولتتقدم باستمرار.

وانظر لأي عمل خير تقدمه بأنه بسيط؛ لتعمل الأكبر فالأكبر ولكي لاتغتر نفسك بفعل الخيرات وتقف عند حد معين.

فالأرواح العظيمة تتقدم للأفضل، ولاتقف عند جسور أعمالها، ولايقيد خطاها ماضيها المزدهر، بل تسعى لمستقبل أكثر إشراقاً.

إن كانت الحياة بستاناً

أزهاره حسن الظن

ورونقه إصلاح ذات البين

ونحكي أن لقيام الليل جمالاً فاق الجمال لايعيش جمال تلك الحكايات إلا أصحابها لنكن أنا وأنت من أصحابها بعون الله وتوفيقه لنا

ويظل القادم أجمل بعون الله تعالى فالله معنا وكفى

كررها بقوة كررها ثَلَاثَ مَرَّاتٍ:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

درر فاصلة
(لـو...)

الكلمة التي جرّت لحياتنا أذيال الندم وخيبة الأمل واليأس والقنوط من رحمة الله (لو فعلت كذا... لو صار.. لو كان... لو أن)

(لو) الغوها من قاموس حياتكم ومن معجم أحاديثكم فقد نهانا عنها الحبيب محمد صلى الله عليه وسلم وأنها مدخل من مداخل الشيطان

لاتلتفت للماضي

لاتدمن التفكير في المستقبل

رتب أولوياتك

نظم أوقاتك

استَعْد قواك

وامضِ من جديد ساعياً لقمم الدنيا والآخرة

وعطر دربك بمليارات الصلاة على حبيبنا رسول الله

وتمتم بذكر الله قائماً وقاعداً وعلى جنبك وكيفما كنت لعل الله يشملك بقوله ﴿والذاكرين الله كثيراً والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجراً عظيما﴾.. سُوَرة الأحزاب.

أيها القارئ الرائع لاتنتقل إلى قراءة الفصل الرابع إلا بعد أن تردد (لا إله إلا الله) مائة مرة وأنت على ذلك قادر وبكل قوة فإنه ذكر عظيم أجره عند الله أعظم.

(الفصل الرابع)

الإشراقة الأولى
(يضيق صدري)

نعم يضيق صدري، نعم أحزن بعمق، إن أهملت يوماً أذكاري، إن قصرت في أداء رسالتي، إن كنت سببًا في حزن إنسان ما، إن لم أجدد يومي بفعل خيرات أرضي الله بها، إن أصابني الغرور يوماً ما لأسباب دنيوية تافهة، أو أصابني ضيق لدنيا فانية، إن راودني سوء ظن صامت ولم أقض عليه، إن مر وقتي دون فائدة تذكر، إن وإن لم أكن يوما ذاك الإنسان الحق الذي باهى الله به ملائكته.

اللهم لاتجعل الدنيا في قلوبنا واجعلها في أيدينا وجيوبنا،اللهم أكرمنا بحبك ورضاك عنا دوما وأبدا حتى نلقاك.

يكفيك من الدنيا رضا الله، ويغنيك عن الناس حب الله،

فإن نلت رضا الله أسكن الله الرضا في قلبك، وإن أحبك الله ذلل لك كل ماحولك.

ولتزدد قوة وتبعد عن حياتك كل حزن وضيق حافظ على قيام الليل في جميع أحوالك

(قيام الليل مصباح يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً)

كررها قبل نومك كرها بقوة لتحصد جمال ثمارها ولتبعد عن قلبك كل ضيق:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية
(تحلو الحياة)

بعض الناس في حياتنا نعمة يهدوننا الأفراح في قالب من الحب والاهتمام والذوق الرفيع ويفرشون لنا الطرقات أفكاراً نيرة ويجعلون لحياتنا طعماً فاق الروعة إن غبنا تفقدونا كأنهم يقولون لنا حياتنا بكم أجمل فلاتقطعوا عنا حبال الوصال فاحفظهم لنا يارب واحفظ لنا أحبتنا جميعاً فبهم ومعهم تحلو حياتنا.

الحياة تحلو بثلاث

حسن العبادة

وحسن التعمير

وحسن استخلاف الله على أرضه

اللهم أعنا على تلك الثلاث وفِي جميعها عبادة خالصة لله وراحة لأرواحنا

قيام الليل يزيد حياتنا حلاوة فهو مصباح يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً

كررها قبل نومك كررها بقوة لتحصد جمال ثمارها في حياتك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة
(جلسة علاجية)

أعظم جلسة علاجية للروح:-

اجلس جلسة مع نفسك خلوة جلسة استرخاء وتأمل تام تعدد فيها نعم الله عليك صغيرها قبل كبيرها وتسترسل بعمق في تفاصيل تلك النعم سابحاً فيها بخيالك وعمق تفكيرك لتعيش جمالها وتتنفس قيمتها متنهداً بـ(الحمدلله)

قائلاً بعمق الشعور وصدق الإحساس بتلك النعم لك الحمد يا الله على كل نعمة أنعمتها علي فنعمك لاتعد ولاتحصى.

كم نحتاج لتلك الجلسات مع أنفسنا،

كم نحتاج لها لنجدد تلك الراحات ونتزود بإيمانيات تحيي أرواحنا

وكم نحن متعطشون لتلك الإيمانيات

من اليوم عود نفسك على تلك الجلسة الروحانية فإنها لاتأخذ من وقتك الكثير لكنها تعطيك الكثير مجرد دقائق معدودة ومن أهم فوائد تلك الجلسة:-

1) الراحة والطمأنينة

2) الرضا والقناعة

3) القرب من الله

4) جني الحسنات

5) زيادة النعم يقول الله تعالى:- (لئن شكرتم لأزيدنكم)

وأعظم الجلسات الروحانية قيامك لله تعالى والناس نيام

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله تعالى

كررها قبل نومك كررها بقوة لتحصد جمال ثمارها: -

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة
(فاق الروعة)

ابحث في نفسي ومن حولي عن شخص فاق الروعة في فكره،

فاق الروعة في فعله،

شخص أحب رسول اللهﷺ،

وأحب السير على نهجه

فلا حقد في قلبه،

ولا يأس في يومه،

ولا عزلة عن العالم

شخص أحب رسول اللهﷺ

وأحب السير على نهجه

تَخَلَّق بالقرآن في خلقه

والبسمة دوماً في وجهه

أيقن أن الوقت هو عمره

فلا إهدار في الأوقات

والغاية كل الغاية من فعله أن يرضي الله

في الأقوال والأفعال وفي الحركات والسكنات

وشق طريقاً للفردوس استسهل فيه كل العقبات

كي يهنأ في يوم لاينفع فيه لامال ولا إنس ولا جان إلا من جاء بأفعال أرضى بها الله فيرضيه الله بالفردوس فيهنأ في نومه

وأعظم جلسة علاجية لروحك الطاهرة قيام الليل لله تعالى والناس نيام

قيام الليل مصباح يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً

كررها بقوة قبل نومك لتحصد جمال ثمارها :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة
(اصنع حياة سعيدة)

أخي القارئ تعال معي لنصنع لنا حياة سعيدة بطرق بسيطة:-

لا للشكوى والتذمر وفقدان من حولنا لأتفه الأسباب

لا ليوم نقضيه في كدر

لا ليوم نقضيه في عبث

لا ليوم لاابتسامة فيه ولا سلام ولاكلمات طيبة

نعم لجميع إشراقاتك في الحياة فنحن نحتاجها

نعم لجميع تفاصيل إنجازاتك وخفايا عطاياك فما أشد احتياجنا لها

نعم للسعادة

نعم لتجمعات الأحبة

نعم للخيرات بلاحد يذكر ولا حد يصنع

للعقلاء وأنت أيها القارئ الفذ بكل تأكيد منهم:-

في كل محنة أوجد لك حلاً، ومن كل ضيق أوجد لك مخرجا، لاتفكر في المشكلة، ولكن فكر كيف تصل لحلها.

لله در الحسد ما أعدله بدأ بصاحبه فقتله

ولو كان في الغضب خيراً لما نهانا عنه حبيبنا المصطفى

للقلوب المؤمنة:-

عندما تشعر أن دعاءك صعب أن يتحقق ويصور لك عقلك أنه من المستحيلات فردد

«اللهم أرني عجائب قدرتك في تحقيق ما أتمنى»

قيام الليلة يصنع لك حياة سعيدة مصباحاً يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً

كررها بقوة قبل نومك خاصة لتنال جمال ثمارها:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السادسة
(خطوط حمراء)

أيها القارئ الرائع الطاهر لنتعرف معا على خطوط حمراء إن وقفنا عندها دخلنا من خلالها إلى عالم السعادة

لاتتبع عورات الآخرين

لاتصدق كل مايقال

لاتشمت فالشماتة داء

لاتتكاسل فالتكاسل فقر ومرض

لاتكن (إمعة) إن أحسن الناس أحسنت وإن أساء الناس أسأت

لاتهدر الأوقات والطاقات

لا تمت الهوايات والمواهب وإنما نمها واصقلها خالصا لله

المحافظة على قيام الليل يساعدك على القيام بكل ذلك وزيادة

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله اللهم اجعلنا منهم يارب)

كررها قبل نومك كررها بقوة لتحصد جمال ثمارها الرائعة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة السابعة
(سلط الضوء)

ما يجعل الحياة جميلة حين تسلط الأضواء على تفاصيل أفراحك، وتعيشها خطوة بخطوة حامداً لله شاكراً له بأنفاسك المؤمنة، وحين تطفئ الأضواء على أحزانك، لتبتعد عنها فلا تعطها أكثر من حقها.

كن رائعاً في فرحك، عبر عنه، عشه بعمق وراحة لاتوصف، اجعله يسري في كل جزء من أجزائك دون أن تجرح غيرك، بل بالعكس اجعل غيرك يشاركك أفراحك بأدب وذوق وحب ودعاء، واعكس للآخرين جمال الحياة واهدهم الأمل.

كن صابراً محتسباً في حالات ضيقك وحزنك، ولا تقول إلا ما يرضي الله تعالى، لاتنغلق على نفسك في لحظات الحزن فالشيطان يكون قريبا منا في أحزاننا وخلواتنا، فقط أكثر من ذكر الله تعالى، أخرج نفسك من العزلة وخالط الآخرين، وانظر لمن هو أسوأ من حالك تهون عليك مصيبتك.

المحافظة على قيام الليل يشتت عنك أحزانك ويجلب لك الأفراح بعون الله ويزيدك قوة، قل لروحك الرائعة:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء اللهم أكرمنا به يارب)

قل لروحك الرائعة الطاهرة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثامنة
(غير نظرتك للنجاح)

لاتنظر للنجاح نظرة أنانية أونظرة قلق، لاتنظر إليه على أنه كرسي تخاف أن لاتحصل عليه أو تقلق أن يشاركك أحد فيه، بل انظر للنجاح أنه عالم جميل يتسع للجميع ولايحلو هذا العالم إلا بمشاركة من حولك فيه فتتضاعف الفرحة وتتزايد الإنجازات وتتحقق الرسالة الربانية وهي حسن استخلاف الله في أرضه

ومهما قسا عليك الناس فاجعل لهم في قلبك رغم تلك القسوة مساحات حب فمن بينهم (الأحباب/ والرفاق/ والجيران) ولهم معك من جميل المواقف مالايمكن أن تمحوه تلك القسوة

فرفقاً بأنفاس نعيشها بينهم لفترات وإن طالت حتماً سنفترق فرفقاً بتلك الأنفاس بينهم رفقا

اللهم احفظ لنا كل من أحببناهم فيك وكل من صاحبناهم فيك وكل من أهدونا حلاوة الطريق إليك واجمعنا بهم في جنات النعيم

ولاتعلق كل حياتك على فرصة، صحيح الفرص

تنتهز ولايمكن تعويضها، ولكن العاقل يوقن أن حياته هي بحد ذاتها فرصة

عظيمة فيتفنن في البحث عن فرص أخرى وأخرى دون كلل ودون يأس، فلا مستحيل في استحداث فرص جديدة

كلمة (مستحيل) أوجدها البشر

وكلمة (صعب) أيضا استحدثها البشر

فأصبحت تلك الكلمتين حجة لكل ضعيف همة وضعيف إرادة

لكن القلة من البشر لايوجد في قاموس حياتهم (مستحيل) ولا(صعب) فكن أنت من تلك القلة لتستشعر لذة النجاح وجمال الإنجازات العظيمة

والانتصارات المذهلة على نفسك أولاً وعلى ضغوطات الحياة ثانيا

ومهما تكاثفت عليك الضغوطات وحاصرتك الأحزان اجعل لك في حياتك متعة، وفِي أفكارك نوافذ وآفاق تأخذك لتلك المتعة، وارسم البسمات في كل خطوة، لأنه إن خلت حياتنا من اصطناع الأفراح بتنا أمواتاً في ظلمات الأحزان إلى مالانهاية.

كل شيء جميل ومفيد ممكن تعلمه، فقط حاول ثم حاول، وأيقظ قدراتك وآمن بها وتقدم بكل ثقة لتهدي العالم أجمل ما بداخلك من قدرات وطاقات ومواهب و إبداعات .

أجمل مافي الشتاء نهاره قصير للصيام وليله طويل للقيام فهنيئاً للمشمرين

عبارتك الرائعة كررها بقوة قبل نومك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا) .

الإشراقة التاسعة
(حب اللّه)

حين يهاجمك وحش قاتل، أو شيء مخيف، فإنك حتماً ستجري بأقصى سرعتك لتبحث عن أقرب مكان آمن، كذلك فضغوطات الحياة والتزاماتها وكثرة المسؤوليات والأعباء التي تقصف ظهورنا كالوحوش التي تهاجمنا وإن أقرب مكان آمن نختبئ فيه لنستجمع فيه قوانا من جديد ولنشعر فيه بالأمان والسكينة هو (عالم حب الله)،والإكثار من ذكره.

وحديث الرسول يختصر الكلام ويهدينا الأمان

(يَا غُلَامُ إِنِّي أُعَلِّمُكَ كَلِمَاتٍ احْفَظْ اللَّهَ يَحْفَظْكَ احْفَظْ اللهَ تَجِدْهُ تُجَاهَكَ إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلْ اللهَ وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوْ اجْتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللهُ لَكَ وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ رُفِعَتْ الْأَقْلَامُ وَجَفَّتْ الصُّحُفُ).

[رواه الترمذي وقال: حديث حسن صحيح]

أدمن ذكر الله لتنال محبته

حين تمشي حرك لسانك بالذكر

حين تكتب حرك لسانك بالذكر

حين تعمل حرك لسانك بالذكر

حين تفكر حرك لسانك بالذكر

وقبل نومك حرك لسانك بالذكر

وعند إستيقاظك حرك لسانك بالذكر

ضجيج الأحاديث جميل، وكذلك ضجيج تقنيات العصر الحديث، وضجيج السهر على الطرقات وفي المقاهي وعلى شاشات التلفاز وفي شتى الأماكن عند بعض الأرواح جميل.

ضج حياتك بجميع جماليات الحياة، ضجها فرحا،ضجها متعة، ضجها منفعة، ليصل صداها لأرواح البائسين فتبث فيها الآمال، ويوقظ ضجيجها الكسالى، ويحيط باليائسين الآمال، ولكن استرق نفسك من ذاك الضجيج وغيره وخر راكعاً منيباً في هدوء روحاني فاق جمال ضجيج الحياة وكل ضجيج تراه جميل

استرق نفسك لذاك اللقاء رغم كل مايحيط بك من ملوثات الحياة ومفاتنها ومشاغلها.

والمحافظة على قيام الليل من أهم الأبواب التي ندخل من خلالها لعالم حب الله تعالى فقل لروحك الرائعة الطاهرة:- (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله)

كررها بقوة قبل نومك خاصة:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة العاشرة
(كثرة السجود قوة)

بعيداً عن فلسفات الحياة تشعر بإنسانيتك حقاً حين تسجد لله، فلاعزة لنا إلا بالقرب منه وعبوديته كما يحب ويرضى، ولاقوة لنا إلا بحوله وقوته، كثرة السجود لله يعطيك قوة وطاقة، لتصبح أكثر قوة أكثر من السجود لربك،كثرة السجود راحة لعقلك وروحك وسائر بدنك، كثرة السجود يساعدك على قوة التركيز ويقربك من كل خير دنيوي وآخروي، ويسلب من جسدك الطاقات السلبية ويمده بالطاقات الإيجابية، هو أعظم جلسة روحانية تبوح فيها بجميع أسرارك لربك بكل أريحية متأكدا أن الكريم لن يخذلك ولن يردك خائبا.

ويغنينا في ذلك حديث رسول الله

عن ربيعة بن كعب الأسلمي رضي الله عنه قال: - كنت أبيت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم فأتيته بوضوئه وحاجته، فقال لي:-(سل).فقلت مرافقتك في الجنة، فقال: -(وغير ذلك). قلت: هو ذاك، قال:-(فأعني على نفسك بكثرة السجود) رواه مسلم

وأفضل وقت تأخذ راحتك فيه بالعبادة والسجود لله في قيام الليل والناس نيام، وكن على يقين بأن جميع الدعوات التي احتضنتها في سجودك ستستجاب يوماً لتفرحك فأكثر منها ماحييت.

لمحبي مناجاة الله تعالى في الثلث الأخير من الليل لهم عند الله أعذب لقاء كررها قبل نومك كررها بقوة ويقين لتحصد جمال ثمارها في حياتك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الحادية عشرة
(عيادة الذاكرين اللّه)

ذاك الجفاف النفسي الذي تعاني منه أرواحنا، يحتاج منا فقط الدخول لعيادة الذاكرين الله كثيراً والذاكرات، فتزهر أروحنا راحات ومسرات

إن أثقلتك الهموم وأتعبتك تفاهات البشر وأتعبتك الحياة حد البكاء، وأحسست أنك قلب وحيد بين البشر، أتعلم عندها ماعليك أن تفعل تنفس بعمق بعمق زفيراً لكل الهموم وخذها في سجدة تبثها في شهيق طويل لرب البشر لتلقى بعدها قلبك من جديد وقد ألقى عن عاتقه كل الثقال واستمد طاقات عجيبة من رب البشر فتلك سجدة لها سحر عجيب وذاك هو فن التواصل عند رب العباد قائلا لروحك المتعبة (إنما أشكو بثي وحزني إلى الله وأعلم من الله مالاتعلمون)

ماخلقنا الله ليشقينا ضعها دائماً في عقلك

ولايوجد من هو أحن علينا من الله ضعها دائماً في قلبك

تعش في راحات روحانية لاتوصف

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم

كررها بقوة قبل نومك:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبَدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثانية عشرة
(إن الحسنات يذهبن السيئات)

الدنيا جميلة حين تفكر في كل جميل فيها، عشها بجمالها لتسعد

(عفا الله عما سلف) اجعلها منهجك في التعامل مع الماضي

والتسامح مع نفسك

والتسامح مع الآخرين

لتنطلق وتبدأ من جديد بعيداً عن زوبعات اليأس والإحباطات ودوّامات الندم لاتيأس من نفسك، لاتيأس من الآخرين، ولاتقنط من رحمة الله تعالى.

لاتجلد نفسك بجلاد الندم المستمر، ولاتجلد غيرك بجلاد اللوم والعتاب، انطلق بهمة وتسامح وتفاؤل، وعانق قوله تعالى (إن الحسنات يذهبن السيئات) نعم أكثر من جني الحسنات بفعل الكثير من الخيرات بدل من الإكثار من الندم والقنوط واليأس.

المحافظة على قيام الليل تجعلك متسامحا مع نفسك وغيرك وتبعد عن قلبك القنوط واليأس فحافظ عليه ماحييت

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه

كررها بقوة قبل نومك كررها بقين وتفاؤل:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الثالثة عشرة
(حديث القلوب)

حين تتحدث القلوب مع بعضها لاتحتاج لترجمان ولالكثرة كلام، حديثها أفعال تفوق الجمال و دعاء دائم بظهر القلب تلك هي القلوب المحبة لبعضها البعض في الله ولله.

لاتجعلوا جدران البيت التي تحيط بكم هي سكن لكم، وإنما اجعلوا الحب هو سكن لكم تسكنونه أينما حللتم ويجمعكم أينما كُنتُم.

لاشيء يبني العلاقات كالحب، ولاشيء يهدمها كالجفاء، أيها الآباء وأيتها الأمهات أفرغوا جل عواطفك في أبنائكم فإنهم ضيوف عندكم غداً يرحلون عنكم لبيوتهم الجديدة، وأيها الأبناء أحيطوا والديكم بشتى أنواع بركم فلاندري متى قد يحين الفراق بيننا وبينهم.

تعلم فنون الحب مع نفسك ووالديك وإخوتك وزوجتك وأبنائك، واعلم يقينًا أنك بذلك الحب تسد حاجاتك وتعيش بسعادة وتنطلق بهمة

ليس عيباً أن يعشق المسلم الحياة، فعشقه لها يعني أن يعشق تعميرها، يعشق أن يحيي الأمل في أرواح الآخرين، يعشق عبادة الله فيها على أكمل وجه،فعشقه لها سعادة، وعشقه لها جنة له ولغيره.

وحبنا لله تعالى هو أعظم حب ينطلق منه جميع أنواع الحب الجميل وفنونه في الحياة حب الحياة بمافيها وبمن فيها، ومن أهم خطوات حبنا لله أن نأخذ أرواحنا في صلاة قيام لله تعالى والناس نيام، قل لروحك الرائعة الطاهرة بكل حب: (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله)

كررها بقوة قبل نومك كررها بقين لتحصد جمال ثمارها :-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الرابعة عشرة
(مدرسة الحياة)

ومن قال إن العلم ينتهي، ومن قال إنه محصور في مكان أو أنه عند إنسان بعينه، إنما الحياة مدرسة بحد ذاتها، والزمان أبو التعليم منذ الأزل، والبشر حياتهم لنا وطباعهم مدارس مفتوحة مدى الدهر، ينهل منها كل لبيب أحب أن يعتبر من حوله ويتعظ.

بمرور الزمن تجد أناساً يكبرون وتنضج عقولهم، بينما تجد آخرين وللأسف يكبرون وعقولهم مازالت صغيرة، فانظر لنفسك إلى أي الفريقين تريد أن تنسب.

مقدار المهارات التي اكتسبتها تعكس مدى تعلمك من مدرسة الحياة ومدى نضوج عقلك فيها فكريًا وصقل شخصيتك فيها من جميع النواحي ومن أهم المهارات هي كالآتي:-

مهارة تعلم العلوم المفيدة وتطبيقها في الحياة

مهارة حسن الظن

مهارة استغلال الأوقات

مهارة حسن الرد

مهارة فن الحوار

مهارة التفكير الإيجابي

مهارة تحدي الضغوطات

مهارة استغلال الفرص

مهارة التفنن في قلب المحن إلى منح وهذه تعد أعلى أنواع المهارات

ويوجد غيرها وغيرها الكثير من المهارات لمن أراد أن يكون له شأن عظيم في دنياه وآخرته.

إن أردت أن تتعلم أكثر من مدرسة الحياة عانق الأرض ساجداً لله في ركعتي قيام لله تعالى والناس تكتسب مهارات كثيرة لم تخطر على بالك وتصبح أكثر قوة

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه لنا)

كررها بقوة قبل نومك كررها بثقة ويقين وتفاؤل أكثر:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

الإشراقة الخامسة عشرة
(الجهاد الأكبر)

الجهاد الأكبر جهاد النفس، فهنيئاً لمن كان سيداً لنفسه لا نفسه سيدة عليه.

ما يمرض القلب قبل أوانه ويشيب الإنسان ويهدر طاقاته (الحقد/ الغيرة/ الحسد/ حب الانتقام/ تتبع عورات الناس وتصيد عيوبهم وعثراتهم/ وسوء الظنون/ وإدمان التفكير السلبي....)

جاهد نفسك في الابتعاد عن كل مايهدر طاقاتك، جاهدها بقوة وأنت على ذلك قادر بعون الله وتوفيقه.

ومايشرح الصدر ويريح النفس وبجلب الرزق بعون الله (إدمان الذكر/ الحب/ التسامح/ طهارة القلب من أمراض القلوب/ وحسن الظن /تفويض الأمور لله تعالى/ العمل للخيرات دائماً والسعي إليها..)

جاهد نفسك في عمل كل مايشرح صدرك، جاهدها بقوة وأنت على ذلك قادر بعون الله وتوفيقه.

جميعنا قادر على أن يحسّن الظن، ولكن ليس الجميع قادر على أن يستمر في حسن الظن لفترات طويلة الأمد، فجاهد نفسك وكن أنت ممن

يطيلون ويستمرون في حسن الظنون لفترات طويلة، اجعلها صفة من صفاتك الجميلة الدائمة، وأنت على ذلك قادر بكل قوة، فقط جدد همتك طهر نيتك واستعن بالله في جميع خطواتك.

أبواب الشقاء (المبالغة في لوم الذات، احتضان الندم، التوبيخ المستمر للنفس، الإستسلام للمخاوف، الهروب من المسؤوليات، والتشاؤم، المقارنات السلبية فعادِها واطردها من حياتك)

جاهد نفسك في الابتعاد عن جميع أبواب الشقاء وأنت بعون الله على ذلك قادر بكل قوة وثقة فقط توكل على الله.

المحافظة على قيام الليل يساعدك على أن تجاهد نفسك وتنتصر عليها وترتقي بها لكل خير

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم)

كررها بقوة وتفاؤل كررها قبل نومك خاصة لتحصد جمال ثمارها:-

(وتظل الحَيَاةُ دَائِمًا وأَبدًا رَائِعَةٌ بِكُلِّ مَا فِيهَا - بِرَحْمَةِ اللهِ الوَاسِعَةِ - رَبُّنَا يُحِبُّنَا وَيُخَبِّئُ لَنَا خَيْرًا كَثِيرًا).

درر فاصلة
(العناد الجميل)

تعلمت العناد وعشقته ولكن عناد من نوع آخر، أعاند كل مشاعر سلبية لأتقدم.

نعم تعلمت ذلك النوع من العناد وعشقته بشدة لأحارب به اليأس

تعلمت العناد وبشدة لأواجه به الفشل

تعلمت العناد وبشدة لأقهر به الحزن

فأتفاءل عنادا لأتقدم ولأتعلم

وأحاول بكل عناد مرات ومرات لأنجح

وأفرح قلبي معاندة كل الأحزان فلايبقى لها بداخلي أثر

في قمة الأحزان تعلمت أن أجد الحلول

عند اشتداد الأزمات تعلمت أن أصنع أشياء جديدة وأفعالا جميلة

فأهلا بعناد جميل يهديني حياة جميلة

وتحية لعقولنا التي توجد الحلول وألف تحية لأرواحنا التي تأبى الاستسلام والفشل

طابت حياتكم بعناد أجمل ليس كالعناد المألوف

لنردد (الله أكبر) ١٠٠ مرة

لتصبح حياتنا أجمل بذكر الله

لطفا وحبا أخي القارئ لاتنتقل لقراءة الفصل الخامس إلا بعد الانتهاء من الذكر، لذلك عاند نفسك عنادا جميلا حين تأمرك أن تنتقل للفصل الخامس قبل تكرار (الله أكبر) مائة مرة عاندها وكرر الآن ذكرك الجميل بعدها أكمل القراءة.

الفصل الخامس

الإشراقة الأولى
(أشد من الموت)

أتعلم متى تصبح ميتاً وأنت على قيد الحياة؟ حين تنعكف على مخاوفك، حين تتغلق على أحزانك، وحين تستسلم لليأس.

أتعلم ما الذي يؤلمنا أكثر من المرض نفسه؟ هو الخوف الشديد من الأمراض، الخوف الشديد من المستقبل تحسب الآلام، والتراجع المستمر خوفاً من مخاطر التقدم.

فلان مات بحادث

فلان مات مريضاً

فلان مات بجلطة

تعددت أسباب الوفيات

وبتنا نخاف من كل شيء

نخاف من السيارات وحوادثها

نخاف من الأمراض ومسبباتها

ولكن لو تأملنا أنه إن زاد خوفنا أكثر من اللازم فإنه سيكون أشد علينا من الموت نفسه

اجعل إيمانك بالله أقوى من كل خوف

اجعله أقوى من خوفك من الحوادث ومن الأمراض ومن الموت

اجعل شوقك لله أكبر وكن مستعداً للقائه في أي لحظة.

فكما قيل:- (صنائع المعروف تقي مصارع السوء)

فأكثروا من صنائع المعروف بعون الله تسعدوا.

حتماً أنا وأنت سنرحل من الحياة وستظل منا الذكرى لنصنع لنا عطراً من الذكريات أريجه (الأخلاق الطيبة).

بر والديك، أخلص في عملك، تصدق، أعن محتاجاً، زر مريضاً، أحسن لجارك، أكثر من ذكر الله، مارس الرياضة، ونمِّ هواياتك ومواهبك، سجل أفكارك الجميلة لتضعها موضع التطبيق، أكثر من الدعاء لك ولغيرك، وأكثر من الكلام الطيب، حصن نفسك وحافظ على أذكارك، سامح وتجاوز عن إساءات الآخرين، واحرص يوميا أن تستودع نفسك وكل ماتملك الله فالله تعالى إذا استودع شيئا حفظه وباركه، أحسن الظن، وطهر قلبك لتلاقي ربك في أي لحظة بقلب طاهر مشتاق لربه، فالموت لايطرق الباب ليستأذن منك ذاك اللقاء.

أتعلم متى قد تكون دخلت دنيا الفشل ودنيا الألم والحسرة والندم؟ حين تصاحب الأوهام، وحين تجعل لمخاوف الشيطان مستقراً لها في قلبك، ومبيتاً لها في عقلك.

فحذار حذار من تلك المخاوف والأوهام أن تسلب منك السعادة ولذة

الحياة، واطردها بقلبك المؤمن، واجعله لا يهاب إلا الله، واستمتع بالحياة كيفما كانت لأنها هبة من الله، وأحسن الظن بالله فإنه ماخلقك ليشقيك، وما أوجدك ليؤلمك، وأنه أرحم عليك من أمك ونفسك، واعشق كتاب الله ورتله ترتيلا ففيه القوة والعلاج من كل آفة وخوف، وشتت جميع المخاوف واطردها من قلبك مرتلا قول الله جل جلاله ﴿إنما ذالكم الشيطان يخوف أولياءه فلاتخافوهم وَخَافُون إن كُنتُم مؤمنين﴾ آل عمران.

واعلم أن حياتك نعمة غيرك من الأموات يفتقدها، فاستمتع بها كيفما كانت، وانجز لله، وتقدم خالصاً لوجهه جل جلاله وقل دائما (الحمدلله).

المحافظة على قيام الليل يخرجك من المخاوف والأحزان ويزيد قلبك حياة وقوة (قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله).

في هذا الفصل أضف إلى قاموس كلماتك التفاؤلي عبارة جديدة أكثر تفاؤلا

وكررها قبل نومك بقوة وثقة ويقين وحسن ظن دام بالله الكريم قل بملء فاك وبنبض قلبك المؤمن المحب لله تعالى: -

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الثانية
(ابتسم)

هناك أناس رغم كثرة همومهم وعدم تحقق مايطمحون إليه، إلا أنهم يملؤون الحياة بهجة وسعادة، يستقبلونك بكل ابتسامة وحفاوة، تراهم قمة في التفاؤل والإيجابية والانشراح، وكأنه لاهم يسكن قلوبهم ولاحزن يلامس حياتهم، عندما تنظر إليهم تتعلم منهم معنى حب الحياة، وتخجل من نفسك حين يسيطر عليك التشاؤم والحزن.

وفي المقابل هناك آخرون، معظم طموحاتهم واقع ملموس، وتحيط بهم النعم من كل جانب، وطلباتهم مجابة، إلا أنهم عندما يصيبهم هم واحد يجعلون منه هموماً ينسيهم كل ماهم فيه من متعة ونعيم، تراهم في عبوس، ويعكسون لنا الكآبة والضيق والحزن.

كن أنت نوعاً جميلاً في الحياة، لتجعل من حولك يعشقون الحياة لجمال وجودك فيها.

حين نضحك لايعني أننا لانعاني،حين نفرح لايعني أننا لانتألم، قد تحوي قلوبنا آلاماً، وقد يخفي حديثنا صمتاً من الأوجاع المؤلمة والهموم المثقلة، لكن مايميزنا عن أجواء الكآبة أننا نتقن فن التعايش مع كل ذلك لأننا نوقن بالفرج القريب، لأننا نؤمن بأن الله يخبئ لنا زخات من الأفراح، يخبئ لنا

تعويضاً يبهر قلوبنا وسيبكيها فرحاً ليزيل منها تلك الأوجاع بلا رجعة، اللهم اجعلنا ممن تفاءل بخيرك فأكرمته، وممن توكل عليك فكفيته.

لاتظن أن الدنيا ستطيب لك دائماً، ولاتعلق ابتسامتك بتقلبات الحياة فإن فعلت فإنك قد تشيب قبل أوانك، لذلك كن دائماً مبتسماً بشوشاً، فالابتسامة حياة لقلبك قبل أن تحيي بها غيرك، ويكفي أن الله تعالى يأجرنا عن كل ابتسامة، وكما قال الشاعر إيليا أبو ماضي في قصيدته الأكثر من رائعة (قال السماء كئيبة وتجهما) :-

قلت ابتسم يكفيك أنك لم تزل
حيا ولست من الأحبة معدما
قال الليالي جرعتني علقما
قلت: ابتسم ولئن جرعت العلقما
فلعل غيرك إن رآك مرنما
طرح الكآبة جانبا وترنما

أجمل علاج للكآبة (ابتسم)

أفضل علاج للضيق (ابتسم)

أروع علاج حين تتأزم (ابتسم)

نعم ابتسم في داخلك ابتسامة الواثق بأن بعد العسر يسرا، ابتسامة محسن الظن بالله بأن الله يخبئ لنا خيرا كثيرا.

ابتسم ابتسامة تصنع بها صبرا جميلا وأجواء مرح جميلة، تخرجك من حلقة الأحزان لأنك لست بصاحبها ولا عاشقاً لها ابتسامة تقودك لعالم المسرّات.

ابتسم لتحيى حياة أفضل، ابتسم لتفجر في داخلك طاقاتك الدفينة التي قد يقضي عليها الحزن.

ابتسم لأن الله معك، ولن يتركك مادام قلبك ينبض حباً له جل في علاه.

هناك أشياء تجعلك تبتسم و قد تدخل لقلبك السرور أكثر كلما فكرت فيها وكلما احتضنتها ذاكرتك منها:-

الصحبة الصالحة

إنجازاتك الرائعة

أفراحك الماضية

طموحاتك المستقبلية

فانفض غبار المآسي عن ذاكرتك وزدها لمعاناً بتذكر الأشياء المبهجة التي قد تفرحك، وابعد البؤس عن شفتيك وابتسم دوماً مادام ربك الله.

المحافظة على قيام الليل يجعلك منبهج القلب منشرح الصدر دائم التبسم

فخذ روحك الغالية الطاهرة لصلاة القيام والناس نيام.

عبارتك الرائعة الجديدة رددها بقوة:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الثالثة
(كلنا نخطئ)

إن لم تخطىء فلست إنساناً، وإن لم تقصر في واجباتك يوماً فقد بلغت الكمال وهذا محال، كلنا نخطئ كلنا نقصر، ولكن مايدفعنا للأفضل (محاسبة النفس/ معرفة الأخطاء/ الإصرار القوي على معالجتها/ النية والعزيمة على ذلك/التوكل على الله والاستعانة به في جميع خطواتنا).

حين تجاهد في الحياة أبحر في رحاب الآية الكريمة ومعانيها العميقة يقول الله تعالى:-

﴿والذين جاهدوا فينا لنهدينهم سبلنا وإن الله لمع المحسنين﴾ سورة العنكبوت آية 69

نعم مرفأ النجاة في جهادك الدائم قوله تعالى (لنهدينهم سبلنا)

بعون الله ستذلل لك كل الصعاب، وستسخر لك أسباب النجاح والهداية، فقط اجعل جهادك في الحياة لله وفي الله.

إن أخطأت يوما، حاسب نفسك، وعاقبها عقابا إيجابيا، أكثر من الاستغفار، واستعن بالله ليعينك على حسن مجاهدتك لنفسك وخذها للطريق الصواب.

قيام الليل يساعدك على مجاهدة نفسك والتعلم من أخطائك هو نور يضيء لك حياتك فلاتطفئه مادمت حياً.

كررها قبل نومك كررها بثقة ويقين وتفاؤل:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الرابعة
(أنر ظلمة قبرك)

شوقاً لأرواح فقدناها وطواها الثرى عنا، فبات الشوق إليها بين الضلوع يؤلمنا،نهديهم دعوات صادقة، دعوات لله صاعدة، دعوات تداوي قلوبنا المتعبة، اللهم ارحمهم وآنس وحشتهم واجمعنا بهم في فردوس النعيم.

تأمل دائماً ذلك المكان المظلم، تلك الحفرة الموحشة، واعمل لها دائماً، وتزود لها بأنوار أعمالك.

نومنا في الحياة يزيل عنا تعب الدنيا، ونومنا في القبر يزيل عنا تعب الآخرة وكما أنك تستعد جيداً لنومك الدنيوي وتعد له من العتاد مايجعلك تنام قرير العين مستلذاً للنوم، استعد لنومك الأخروي فإنه أطول بكثير ومابعده إما نعيم أبدي أو شقاء دائم.

تلك الحفرة تزود لها بالصالحات الباقيات مايكفي لتضاء لك بأنوار الأمن والطمأنينة.

يقول الله تعالى في سورة البقرة:-

(وتزودوا فإن خير الزاد التقوى)

لتضيء ظلمة قبرك تزود بالآتي:-

1) أكثر من ذكر الله وهو أبسط شيء تفعله بسهولة ويسر في كل وقت وحين وفي جميع أحوالك لايكلفك الكثير لكنه يجلب لك الخير الكثير.

2) حافظ على الصلوات الخمس.

3) تزود من الصلوات النوافل (صلاة الشروق/ صلاة الضحى/ صلاة القيام).

4) تزود بصيام النافلة (الاثنين والخميس/ والليالي البيض ثلاثة أيام من كل شهر عربي (13 - 14 - 15) وستة من شهر شوال/ والليالي العشر من ذي الحجة/ ويوم عاشوراء مع يوم قبله أو بعده) إن لم تستطع عليها جميعها فخذ منها القليل وزاحم عليها قدر استطاعتك.

5) تفنن في بر والديك بحب.

6) عليك بالصدقات ولو بالقليل المستطاع عليه واجعلها دائمة.

7) الكلمة الطيبة صدقة فأكثر من الكلام الطيب.

8) إماطة الأذى عن الطريق صدقة، ونحن نستهين بهذا الموضوع إماطة الأذى من أي طريق سواء الشارع أو منازلنا أومدارسنا أو أماكن أعمالنا أو البحار والشواطئ وفي المقابل عدم رمي الأذى عليها كما يفعل بعض سائقي السيارات وغيرهم برمي الأوساخ على الشارع.

9) اصلح بين متخاصمين، فاصلاح ذات البين أجره عظيم عند الله تعالى.

(هذه أعمال قليلة سردتها لك ويبقي الكثير من الأعمال لم اذكرها

فجاهد نفسك على فعل جميع أنواع الخير يوفقك الله ويساعدك أن تنهل منها مايضيء حياتك بعد مماتك).

قيام الليل يساعدك أن تنهل أنوارا لتلك الحفرة المظلمة فحافظ عليه ماحييت هو نور يضيء لك دنياك وآخرتك. عبارتك الحلوة المميزة كررها قبل نومك كررها بقوة أكثر لتحصد ثمارها الجميلة:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الخامسة

(الدعاء)

لله در القلوب إن تآلفت وتسامحت، وعن الزلات والعيوب تغافلت، في زمن فيه الفتن علينا تزايدت وتكاثرت، إن من أهم مايساعدنا على طهارة القلب والتسامح هو (الدعاء لبعضنا البعض بظهر الغيب).

الدعاء سلاح رهيب، له في السعادة وتيسير الأمور سر عجيب، فلاتكن شحيحاً في حسن استخدامه ولاتكن عنه من الغافلين،تفنن في جلب الحسنات عن طريق الدعاء فكل يوم: -

1) ادع لكل مسافر قائلا (اللهم احفظ كل مسافر برا وبحرا وجوا وأعنهم على الإكثار من ذكرك) فالطريق لايخلو يوميا من المسافرين،

فكم من الأجر ستحصد عن كل مسافر دعوت له وبالمقابل ستدعو لك الملائكة قائلة (ولك مثل ذلك) وسيسخر الله من يدعو لك عند سفرك وسيزداد قلبك طهرا وحبا للغير.

2) ادع لكل مريض قائلا (اللهم اشف كل المرضى من جميع أنواع الأمراض النفسية والجسمية والعقلية الظاهرة والباطنة فإنه لايخفى عليك شيئا المستعصية وغير المستعصية فإنه لايستعصي عليك شيئا) فكم من الأجرستحصد عن كل مريض دعوت له وبالمقابل ستدعو لك الملائكة

بدوام العافية وسيسخر الله من يدعو لك في حالة مرضك لاقدر الله حفظك ربي وحفظنا من الأمراض وسيزداد قلبك طهرا وحبا للغير.

وقس على ذلك جميع الأدعية

3) اللهم أسعد كل زوجين، اللهم سدد دين كل مدين، اللهم وفق كل طالب علم، اللهم ارحم جميع موتى المسلمين.

4) اللهم ارزق كل زوجين عقيمين ذرية صالحة، اللهم اصلح بين كل متخاصمين، اللهم أصلح أبنائي وأبناء المسلمين، اللهم ارحم والدي ووالدي كل مسلم ومسلمة الأحياء منهم والأموات وأعنا على برهم ورضاهم كما تحب وترضى وفوق الر ضا

5) اللهم اهد العالمين إليك.

(تلك نماذج سردتها لك عن التفنن في الدعاء وجلب الحسنات من خلاله والباب مفتوح لك لتتفنن وتبدع في دعواتك الطيبة للآخرين وتجلب الطهر لقلبك أكثر وبالتأكيد أنت على ذلك قادر ومبدع أكثر مني من خلال استثمارك لسلاح الدعاء).

اعط تلك الأدعية قليلا من وقتك، كن صادقا مع نفسك، عود نفسك عليها ولاتهملها ؛لتعود لك ولغيرك بالنفع الكثير بعون الله لك.

حين تشعر بمن يتألم فتدعو له، حين تشعر بكل مبتلى فتدعو له، حين تشعر بكل من يعاني (مريضاً كان أو مسافراً أومغترباً ....) فتدعو لهم، وحين يأخذك ذاك الشعور الروحاني إلى إستشعار كل نعمة أنت متنعم بها، فتكرر

من أعماق أعماق قلبك (الحمدلله)، متأملاً تلك النعم التي لاتعد ولاتحصى، فهنيئا لك ذاك الشعور العظيم، وذاك الطهر الجميل، وتلك الراحات التي تسكن قلبك.فهل بعد الحمد إلا زيادة في النعم، وهل بعد تلك الدعوات الجميلة إلا الاستجابة يكفيك أن تدعو لك الملائكة عن كل دعوة قائلة (ولك مثل ذلك).

وأجمل وقت للدعاء ومناجاة الله تعالى في قيام الليل والناس نيام فانتهز تلك الفرصة الذهبية ولاتهملها وقل لروحك الطاهرة:- (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله).

نفس عميق وكرر عبارتك الرائعة الجميلة كررها قبل نومك بكل ثقة وتفاؤل:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة السادسة
(راحتك في صلاتك)

الصلاة تجعل الإنسان أكثر تحكماً في انفعالاته

قال سبحانه تعالى: «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۝ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ إِلَّا الْمُصَلِّينَ»

كلما أثقلتك الهموم تذكر قول الحبيب المصطفى (أرحنا بها يا بلال)

نجاتك في صلاتك، حافظ عليها ليحفظك الله بها، وعوّد أبناءك عليها حببهم فيها لتحفظهم، اجعل إقبالهم عليها عن حب لله وقناعة قوية بأهميتها، لاتجعلهم يؤدونها وكأنها عادة أو أنها وراثة عن الأهل أوخوفا منك، اذكر أنني كي أحبب أبنائي في الصلاة كنت أضع لها شعارات خاصة من بينها دائما أقول لهم: (من صلحت صلاته صلحت حياته) حتى باتوا يحفظونها عن ظهر قلب.

لاتجعل شيئاً في الدنيا يشغلك ويبعدك عن صلاتك، ولا تجعل شيئا في الحياة يسرق منك متعة الخشوع فيها، فراحتك في صلاتك، تهديك متعة يومك بأكمله، فلاتجعل شيئا يسرق منك متعة يومك، ولا أن يقتل بقلبك إقبالك على صلاتك حتى وإن لم تصل لدرجات عالية من الجمال والكمال في الأفعال، كن جميلاً بحبك لصلاتك ومحافظتك عليها، فصلاتك كفيلة أن تجعل أفعالك جميلة وحياتك أجمل بتوفيق الله وعونه.

ومن عجائب الذكر بعد الصلاة أننا نردد دعاء جميلاً :-

(اللهم أنت السلام ومنك السلام تباركت يَاذَا الجلال والإكرام)

كيف بعد هذا الذكر الجميل لايعم بقلوبنا السلام والطمأنينة، لنعيد تكراره ولكن بيقين تام حتى نرتاح، سنرى عندها عجائب تأثيره على قلوبنا بشكل خاص، وعلى حياتنا بشكل عام، مستشعرين أن نحيا من الله في سلام دائم، داعين الله بعد كل صلاة قائلين له اللهم أحينا في سلام دائم منك فإنه أنت السلام ومنك السلام تباركت ياذا الجلال والإكرام.

ونردد أيضا :-

(اللهم لامانع لما أعطيت ولامعطي لما منعت ولاينفع ذَا الجد منك الجد)

ولأن العطاء بجميع أنواعه من الله، فوجّه جميع حاجاتك لله واطلبها منه بذل وانكسار، وعش عزيز النفس تأبى الذل والانكسار لغير الله، طامعا أكثر فيما عند الكريم محسنا الظن فيه جل في علاه، طالبا رضاه ومحبته،قائلا له اللهم لاتمنع عني عطاياك لتقصيري ولسوء ماعندي وعاملني بكرمك ياكريم.

وأعظم راحة تعيشها حين تأخذ نفسك لصلاة القيام لله تعالى والناس نيام، اجتهد لذلك، بيت النية واضبط ساعة منبهك.

نفس عميق وكرر عبارتك الرائعة كررها بقوة قبل نومك خاصة :-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة السابعة
(أوجد حلولًا)

أن تهرب ليس حلاً، أن تنعزل ليس بمنطق، أن تعتكف على نفسك ومشاكلك واضطرابات الحياة وتقلبات الظروف لن يوصلك للحلول ولن يهديك السعادة، اعمل.. ابدع.. اعْط.. انجز.. وأوجد حلولاً منطقية لِما يعترضك من مطبات الحياة، تقدم دائماً وكن شامخاً فألسنة البشر لن تسكت عن الأحاديث سواء تقدمت أم تأخرت.

الإيجابي يرى لكل مشكلة حلاً، والسلبي ينظر لكل مشكلة أنها نهايته،علمتني الحياة أن أوجد لكل مشكلة حلاً، وأن لا أستسلم أبدا،قد أسقط كثيرا ولكن تعلمت أن أقوم بعد سقوطي بقوة أقوى عن ذي قبل، وانطلق للأمام بقوة دون النظر للوراء.

إيجاد الحلول مهارة قد تصل إليها بكثرة المحاولات والخبرة والممارسة وكثرة القراءة متزودا بالصبر والتحدي وكثرة الدعاء.

كلما ضعفت طاقتك قوها بركعتي قيام لله تعالى والنَّاس نيام، فقيام الليل يساعدك على مواجهة الصعاب وتحديها دون هروب أو تخاذل أو تراجع يجعلك أقوى ويمدك بالطاقات الهائلة فحافظ عليه لتزداد قوة وطاقة.

عبارتك الرائعة كررها قبل نومك كررها بقوة تكن أقوى بعون الله:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الثامنة
(أطلق العنان لطموحاتك)

لايوجد للأحلام سن معين، ولم تقيد الطموحات بظروف معينة، كن تواقاً للمعالي دائماً تحت أي ظرف وفي أي عمر، كن جبالاً من الهمم، كن نهراً من الطموحات المتجددة؛ لتضفي على الحياة جمالاً من نوع مميز، خاص بك وحدك، الرسول محمد صلي وسلم عليه وسلم نشر الدعوة الإسلامية وهو في سن الأربعين من عمره، وهذا أكبر دليل أن ليس للطموحات سن معينة، جدد همتك، امسك ورقة وقلم رتب طموحاتك وأهدافك صغيرها وكبيرها الدنيوية والآخروية، واسع لتحقيقها بكل همة عالية، دون تردد ولاتراجع واجعلها خالصة لله تعالى، واستعن بالله في جميع خطواتك سيمدك الله بالعون والتوفيق، فقط احسن الظن بالله وكن على يقين بأن الله لن يخذلك، واقتد بالحبيب محمد في تحقيق جميع طموحاتك وخذ بالأسباب كأنها كل شيء وتوكل على الله وكأنها لاشيء.

المحافظة على قيام الليل يجعلك تواقًا للمعالي ويزدك همة وطاقة فحافظ عليه قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله كن منهم بعون الله وتوفيقه لك.

كررها بقوة كُن رائعًا قويًا في تكرارها لتحصد جمال ثمارها:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة التاسعة
(لا تكن مغرورًا)

تلك المسرّات، تلك الراحات، وجميع تلك الأفراح تكمن في قلب يحيى بالقرآن، وعقل يهوى من الأفكار جمالها، وروح تعشق التفاؤل، وجسد يعمل دائماً لله.

في ظلمات المحن التمس بنبضات قلبك الإيمانية الأنوار، في ضغوطات الحياة التمس من بين فجواتها الراحات الروحانية لترتاح.

وجود الكمال محال، ووجود الرضا التام محال، لم نسمع قط بإنسان دائماً في رضى تام، ولم نر إنساناً بلغ الكمال مهما بلغت صفاته ومحاسنه، لابد من النواقص، لابد من المكدرات، ولكن قد تجد الكمال الحقيقي بقلبك حين يسلم من آفات القلوب، والرضا التام بحبك لربك فيهما وبهما فقط تبلغ مراتب الكمال الداخلي والرضا والسعادة الحقيقية بعون الله تعالى.

حين تظن أنك بلغت من العلم كفايته فذاك نقص، فالله تعالى يقول ﴿وماأوتيتم من العلم إلا قليلا﴾ ﴿وفوق كل ذي علم عليم﴾، وحين تظن أنك أحسن الناس دائماً فذاك هو الغرور بعينه.

لاتستهن في قدرات من حولك وتظن نفسك أنك دائماً الأفضل، فذاك هو النقص بعينه، روعة الكمال في تواضعك رغم كمالك في نفسك، بالتأكيد

داخل كل منا زاوية إبداعية مميزة تختلف عن الآخر لنسلط عليها الأضواء لنكمل بَعضنَا ونزيد الحياة جمالاً، قمة الكمال وجماله عندما توقن كل اليقين أنك بما تملك مكمل للآخرين وتسد ثغرات النقص لديهم، وهم بما يملكون أيضاً مكملون لك ويسدون ثغرات نقصك، ولايمكنكم الاستغناء عن بعض، فذاك هو التكامل وتلك هي فنون التعايش والتآلف فيما بيننا بحب وسعادة.

ومن باب الوفاء والتواضع عدم نسيان فضل الآخرين علينا قيل (من علمني حرفاً صرت له عبداً)، أحببت تغييرها لفظاً لتصبح (من علمني حرفا لن أنسى له فضلاً).

يقول الله تعالى في محكم كتابه:-

(وماتوفيقي إلابالله)

(ومابكم من نعمة فمن الله)

إن استشعارك للآيات الكريمة السابقة وتكرارك لها فيهما من الحمد لله تعالى والتواضع له مايريح القلب ويزيد النعم.

فتواضعوا فجميعنا نحيا (بحول الله وقوته).

فلاتغرنكم النجاحات العظيمة ولا المراكز العالية

ولا النعم المتعددة فجميعها تأتي من الله مهما بلغنا من الحول والقوة وفي لحظات لو شاء الله تعالى أخذها بلاحول منا ولاقوة لأننا نحيى دائمًا وفي كل صغيرة وكبيرة بحول الله وقوته.

من تراب أصلنا وإليه نعود فعجباً من المتكبرين، وفي تكبر إبليس وطرده من الجنة عبرة لنا فأين المعتبرون، وفي المرض وأوجاعه إعلان عن ضعفنا وقلة حيلتنا فعلام التكبر والغرور، لنتواضع فكلنا عن الدنيا حتماً راحلون،وكلنا من طين وإليه راجعون.

المحافظة على قيام الليل يزدك تواضعا لله ويرفعك قدرا في الدنيا والأخرة، قيام الليل يهذبك ويهذب أخلاقك فحافظ عليه ماحييت.

عبارتك الرائعة كررها بقوة خاصة قبل نومك تزدد تفاؤلا وراحة:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة العاشرة
(العطاء)

حين أيقنت أن العطاء يكون جميلاً حين لايكون له انتهاء، عندها زادت رغبتي إليه، فكم جميل أن تعطي الأهل دون حد،وأن تعطي أينما كنت لله دون قيد،وأن تجمع الصحب حولك في فنون العطاء،فكن معطاء لله دون حد، وكن في العطاء ذَا فن وذوق، أبدع في العطاء بحب، وبيّت النوايا لله خلف كل جود، اعْط روحك من فن العطاء،اعْط وقتك من أنفاس العطاء،

واعط من حولك كل معنى جميل للعطاء، ولتكن أنت عطاءً جميلاً للدنيا ينشر فيها الحياة ويمازجها الفرحة والبهاء.

ومن أجمل أنواع العطاء:-

1) العطاء المعنوي والتعزيز اللفظي (كلمة طيبة/ ابتسامة/ دعاء بظهر الغيب).

2) تفريج الكربات والهموم.

3) الهدايا بنية الأجر وزيادة الود (تهادوا تحابوا).

4) العطاء المادي بجميع أنواعه صغيره وكبيره.

5) تعليم الناس العلوم المفيدة المتنوعة وخاصة علوم الدين وترتيل القرآن الكريم.

وما يساعدك على العطاء أكثر ويدلك على أجمل فنون العطاء محافظتك على قيام الليل:-

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله).

كررها قبل نومك ثلاث مرات لتحصد ثمارها الجميلة:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الحادية عشرة
(الأنانية)

يقول الله تعالى ﴿إن تمسسكم حسنة تسؤهم وإن تصبكم سيئة يفرحوا بها﴾ من سورة آل عمران

آية كريمة لنتمعنها بقلوبنا فإننا نتعلم منها درسا أخلاقياً عظيما،

ففيها صفة من صفات المنافقين والكفار، فحذار أن نجعلها كمسلمين صفة من صفاتنا في هذا الزمان الذي كثرت فيه الماديات.

بتنا نفرح لعثرات بعض، ولسيئات بعض، ونحزن لانتصارات وأفراح بعضنا البعض، لنترك تلك الصفة السيئة، ونجعل تعاملنا مع بعض جميلا وراقيا وطاهرا، بالطرق الآتية:-

صديقك ارتفع شأنه هنئه، صاحبك في العمل علت درجته افرح من قلبك لفرحه، أحدنا تميز بشيء جميل ومفيد لنفرح له ونأخذ بيده، لنجاهد أنفسنا حتى يصدق فينا حديث الحبيب المصطفى (لايؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه مايحب لنفسه).

وحذار أن نتنافس من أجل إدخال الحزن على قلوب بَعضُنَا البعض بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.

ولنطهر نوايا الانطلاق للأمام، والتحليق للعلو، ونعيد مفاهيمنا تجاه العمل المتميز والتنافس الشريف الجميل من أجل تعمير الكون.

تلك الخواطر أنصح بها نفسي قبلكم (وما أبرّئ نفسي إن النفس لأَمَّارَة بالسوء إلا مارحم ربي)، ولنتواص فيما بيننا خيرا.

مايساعدك على التخلص عن مشاعر الأنانية عندما توقظك مشاعر الحب لله تعالى من سباتك العميق لتصل له ركعتي قيام والناس نيام مستشعراً حلاوة ولذة تلك العبادة تاركاً الدنيا بمافيها خلف ظهرك فأنت في منتهى القوة والعالم يحتاج أمثالك وإلى طهارة قلبك.

عبارتك الرائعة تساعدك على تطهير قلبك من الأنانية رددها بقوة ويقين وثقة قبل نومك لتحصد ثمارها الهائلة بعون الله لك:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم)

الإشراقة الثانية عشرة
(في نهاية يومك)

في نهاية يومنا ربما أنا وأنت كنا نريد أن ننجز أشياء كثيرة ولكننا للأسف مِن تلك الأشياء الكثيرة لم ننجز إلا القليل فعلينا بالآتي:-

1) أن لانيأس

2) نكرر الحمدلله قدر الله وماشاء فعل

3) نراجع أنفسنا وننظر لأخطائنا كي نتجنبها في المرات القادمة

4) ولنجعل لذواتنا عقاباً إيجابياً كي نعالجها من التسويف وتأجيل الأعمال

ورغم كل شيء، لننطلق، لنتفاءل، ولا نتراجع، ولا نتخاذل أبداً فلا نعلم ماخبّئ لنا من قرة عين ولعل القادم أجمل وأجمل ودائماً الخيرة فيما اختاره الله لنا وإن لم نصل لمراتب المتقين علينا أن نجتهد للوصول إليها قدر المستطاع، ونجتهد بجميع أنواع الخيرات، عل الله يرحمنا بسجدة بدعوة بفعل خير لم نحسب له حساباً، بنوايا طيبة خبأناها في قلوبنا.

اجبر النقص الذى حدث لك خلال يومك وتقصيرك في بعض المهام بصلاة قيام قائلا لروحك الطاهرة: (في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به يا الله).

عبارة الرائعين أمثالي وأمثالك لنكررها قبل نومنا وبقوة وثقة ويقين: -

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الثالثة عشرة
(الوفاء)

(نماذج من الوفاء):-

1) صديق يعتمر عن صديقه المتوفى ويسمي ابنه على اسم صديقه المتوفى ويسلي على قلب والدة صديقه ويناديها بأمي ويزورها في كل مناسبة ويأخذ معه زوجته لتلقي السلام عليها ومازال على هذا الحال وقد مر على وفاة صديقه 18 سنة.

2) امرأة كلما مرت على بيت والدة زوجها المتوفاة تجلس دقائق لتدعو لها وتترحم عليها وتتعمد في كثير من الأحيان أن تختار الطريق الذي يمر بجانب بيت والدة زوجها المتوفاة وفاء وحبا لها لتذكرها وتترحم عليها مع وجود طرق أخرى تناسبها للوصول للمكان الذي تريده،وهي كثيرة. الحديث عن والدة زوجها وتعداد صفاتها الجميلة في معظم مجالسها.

3) صديقات يتبرعن عن صديقتهن المريضة بصدقة جارية بنية شفائها.

4) صديقة تفاجئ صديقتها بحضورها في ليلة زفافها بالرغم من صعوبة حضورها لظروفها، فتتفاجأ العروس بدخول صديقتها في زفافها فتقف صديقتها فرحا بها فتحضنها وتعانقها بلهفة تبهر جميع الحضور وقد أهدتها كلمات وألحاناً تم تشغيلها خصيصا لها في تلك اللحظات محتواها حب

الصديقة لصديقتها وأنها توصي زوجها على صديقتها فيصفق الحضور على تلك المشاعر الصادقة.

اللهم ارزقنا الوفاء أينما كنا واجعلنا أوفياء لمن نحب

ومن علامات الوفاء قيامك لله تعالى في صلاة قيام والناس نيام

قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله

عبارتك الرائعة تعطيك طاقة وتجعلك أكثر روعة فقط رددها بكل بقوة قبل نومك:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الرابعة عشرة
(لنرتقي في مجالسنا)

عجباً كيف يتعب البشر بعضهم بعضاً حد الضعف، حد الحزن، حد الضيق، متى سيكون كلامنا لبعضنا بلسماً، وسلامنا تبسما، وغيبتنا دعوة وخير، وأفكارنا مثمرة، ومتى سنتعلم كيف نجعل وجودنا مع بعض راحة وسعادة

حين سنحسن من إدارة مجالسنا عندها ستتحسن علاقاتنا وسنرتقي في حياتنا، لنبادر معا في تغيير مجالسنا يداً بيد كل منا بجهده متبعين الآتي:-

لنلغي من مجالسنا:-

الغيبة والنميمة والفتن

إهدار الوقت

تراكم الأعمال

لنرحب في مجالسنا:-

تبادل الأفكار والفوائد والمعلومات

رفع الهمم

تدارس القرآن وحفظه

التناصح فيما بيننا بالتي هي أحسن

حين نحافظ جميعنا على قيام الليل فإن مجالسنا ستزداد رقيا وتحضرا ونزداد قربا من الله ونجاحا في جميع ميادين الحياة لنحافظ عليه ماحيينا

(قيام الليل جنة عاشقي ذكر الله لنكن منهم بعون الله وتوفيقه)

نفس عميق وكرر عبارتك الرائعة وعلمها الآخرين من حولك لتصبح مجالسنا أكثر روعة:-

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الإشراقة الخامسة عشرة
(للوالدين)

أبناؤكم أمانة

هل جلست معهم اليوم؟

هل فتحت باب الحوار معهم؟

هل قبلتهم؟

هل احتضنتهم؟

اجعل كل ذلك عادات يومية جميلة تمارسها مع أبنائك بكل حب ورحابة صدر

قبلاتك لهم لاتجعلها عادية اجعلها حارة صادقة تصل إلى قلوبهم قبل أن تلامس خدودهم

احتضانك لهم ليكن طويلا مريحًا فيه مرح وحديث وهمس ولمس

اجعل حوارك معهم راقيا مرحا ممتعا ومفيدا

العب معهم وتفنن في اللعب معهم شاركهم بحب

علمهم مهارة وفن الاعتماد على النفس

وادعُ لهم كثيرًا بكل خير واستعن بالله في حسن تربيتهم

كن لهم قدوة صالحة في حركاتك وأفعالك وأفكارك وقربك الدائم من الله فالتعليم بالقدوة والتربية بها من أقوى الطريق تأثيرا وأبقاها

أتعلم لماذا يجب عليك أن تفعل كل ذلك معهم؟

لتكن لهم صديقا وحبيبا وقريبا

لتحفظهم من الوحوش البشرية والمشاكل الكثيرة في زماننا هذا

لتجنبهم الجفاف العاطفي

ولتحفظهم من أمراض نفسية كثيرة وغيرها من الأمراض المنتشرة في هذا الزمان من بينها التوحد وقبل هذا وذاك لتجعلهم أقوياء صالحين منتجين نافعي أنفسهم ومجتمعهم.

حافظ على قيام الليل ليحفظ الله لك أبناءك ويصلحهم لك

فقد كان أحد الصالحين يقوم الليل ليحفظ الله له ابنه

ويقول الله تعالى في سورة الكهف سبب حفظ كنز الغلامين (وكان أبوهما صالحا).

علم أبناءك الإيجابية وترديد العبارات الإيجابية قبل نومهم خاصة بكل يقين ليحصدوا ثمارها الجميلة في حياتهم بعون الله وتوفيقه لهم:-

(وتظل الحياة دائما وأبدا رائعة بكل مافيها -برحمة الله الواسعة- ربنا يحبنا ويخبئ لنا خيرا كثيرا).. (بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الدرة الختامية
(كلمات شكر)

لله الشكر الكبير وله الحمد والمنة من قبل ومن بعد.

جزيل الشكر وعمق الوفاء لمن أحسن إلينا وربانا (والدي ووالدي زوجي خاصة ووالدي كل مسلم ومسلمة عامة) لكم دعاء لا يفارق ألسنتنا حبا ووفاء بعون الله تترجمه الأفعال قبل الأقوال (هل جزاء الإحسان إلا الإحسان).

لمن علمنا وأثر فينا ودرسنا وصبر علينا منذ أن تعلمنا مسكة القلم حتى أتقنا الكتابة والقراءة(كل معلم ومعلمة) لكم منا كل الحب والعرفان والدعاء(هل جزاء الإحسان إلا الإحسان).

لمن أسدى لنا أي معروف صغيراً كان أو كبيرا لكم قلوب تذكركم حباً ووفاء بكل خير (هل جزاء الإحسان إلا الإحسان).

لمن أعاننا عندما تعثرنا في الحياة من أحباب وإخوان وأصحاب ورفاق لكم منا كل كلمة شكر صادقة وكل دعوة خير طاهرة فبكم ومعكم تحلو الحياة وتزدان (هل جزاء الإحسان إلا الإحسان).

وجزيل الشكر لك أيها القارئ لأنك أعطيت كتابي المتواضع من وقتك واهتمامك.

ولولا جميع تلك الجهود العظيمة لما وصلنا لما وصلنا إليه

ولما عشنا روعة الحياة ولذتها فبكم ومعكم حياتنا أجمل

اللهم جاز جميع أولئك عنا خير الجزاء في الدنيا والآخرة الأحياء منهم والأموات فأنت خير من يجازي يا أكرم الأكرمين ويا أرحم الراحمين.

اللهم اجعلنا من خيرة عبادك المحسنين

وأجمل ماتقوله لنفسك دائما قبل نومك:-

(في الثلث الأخير من الليل لنا عند الله لقاء فأكرمنا به ياالله)

وأجمل ماتقوله لنفسك وأنت تختم قراءة كتابي المتواضع:-

(وتظل الحياة دائما وأبدا رائعة بكل مافيها- برحمة الله الواسعة -ربنا يحبنا ويخبئ لنا خيرا كثيرا).

(بعون الله الخير آت وبقوة والقادم أفضل وأجمل بكثير مادام ربنا الله الكريم).

الفهرس

للاطلاع على قائمة إصداراتنا:

بيت الغشام للصحافة والنشر والإعلان

@bait.alghsham